ⲠⲒⲬⲒⲚⲐⲰⲞⲨϮ ⲈⲐⲞⲨ ⲚϮⲈⲔⲔⲖⲎⲤⲒⲀ

المجمع المقدس

للكنيسة القبطية الأرثوذكسية

ⲚⲢⲈⲘⲚⲬⲎⲘⲒ ⲚⲞⲢⲐⲞⲆⲞⲜⲞⲤ

لجنة الإيمان والتعليم

لجنة التربية الكنسية والمناهج

مناهج التربية الكنسية

الفقرة الافتتاحية لمرحلة إعدادي

الجزء الأول

من شهر توت إلى أمشير

تقديم

قداسة البابا المعظم الأنبا تواضروس الثاني

بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية الـ ١١٨

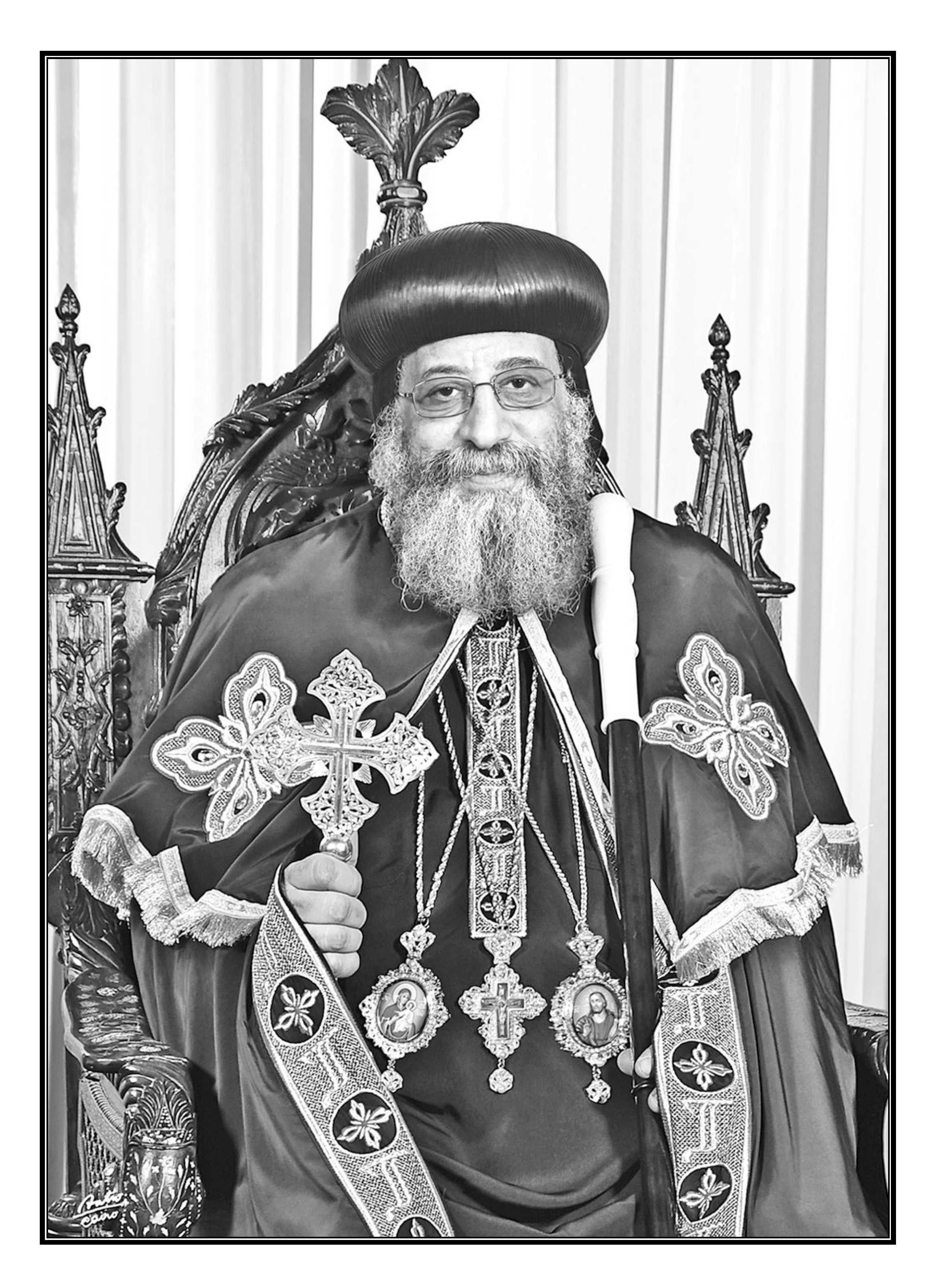
اســـم الكتـــاب : مناهج التربية الكنسية ـ الفقرة الافتتاحيـة
مرحلـة إعـدادي
الجزء الأول: من شهر توت إلى أمشير
تقديـــــــــم : قداسة البابا المعظم الأنبا تواضـروس الثاني
إعـــــــداد : لجنة الإيمان والتعليم بالمجمع المقدس للكنيسة القبطية الأرثوذكسية
الناشــــــــر : بطريركية الأقباط الأرثوذكس بالقاهرة
الطبعـــــــــة : طبعة تحضيرية ٢٠١٤
المطبعـــــــــة : مطبعة دير الشهيد العظيم مارمينا العجائبي بمريوط
موبايل: ٠١٢ ٠٥٥٥٠٤٤١/٢ & تليفاكس: ٠٣ ٤٥٩٦٤٥٢
email: stminapress@gmail.com
رقـــم الايـــداع : ١٦١٩١ / ٢٠١٤
الترقـــيم الـــدولي : 978 - 977 - 334 - 161 - 9

يوجد هذا الكتاب بنظام الـ **Pdf** على موقع مجلة الكرازة:

www.alkirazamagazine.com

لتسجيل أية ملاحظات حول المنهج يمكن إرسالها على العنوان الالكتروني الآتي:

E-mail: mnahg.trbya.knsya@hotmail.com



صاحب الغبطة والقداسة

البابا تواضروس الثاني

بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية الـ ١١٨

تقديـم

++++++++++++

هـذه محاولـة جـادة لوضـع منـاهج للخدمـة في مراحـل: حضانـة ، ابتـدائي ، وإعـدادي. وبـالطبع سبقتها محاولات قيّمة قامت بها ايبارشيات وكنائس على مستوى مصر والمهجر. ووَضْعُ مناهج للتعليـم المسيحي الكنسي القبطي ليس أمراً هيّناً، بل هـو عمل شـاق من كل ناحية، له قواعده ونظرياته ومبادؤه.

ولجنة إعداد المناهج بالمجمع المقدس، ومُقرِّرُها نيافة الحَبر الجليل الأنبا دانيال أسقف المعادي وتوابعها، مع لفيف من الأحبار الأجلاء والآباء الكهنة والخدام والخادمات المُتخصِّصين، عقَدوا عدّة اجتماعات مطوّلة منذ بداية هذا العام، ثـم وضعوا الخطوط العريضة لهذا العمل، ثـم تشكّلت ثلاث لجان بعد استعراض دقيق لِمَا سبق إصداره من مناهج محلية، ثـم عَقَدَت كل لجنة جلسات عمل مطوّلة ومُكثّفة وبدأت في إخراج مناهج تحضيرية تـم مراجعتها عدة مرات، وها نحن نضعها بين يدي القدير ليُباركها بروحه القدوس حتى يتـمّ تطبيقها مع بداية العام القبطي الجديد .

نرجو أن تقوم الكنائس وأُمناء الخدمة بالحصول على هذه المناهج الجديدة ومُباشرة تطبيقها مع الخدام والخادمات في فصول الخدمة بكل تدقيق وتسجيل أية ملاحظات حولها، وإرسالها إلى العنوان الالكتروني الموجود في نهاية هذه المُقدِّمة.

أرجو الاهتمام وإبداء الرأي حول أي جانب في هذه المناهج كمشاركة إيجابية تؤخذ في الاعتبار في الطبعات التالية.

مع خالص شكري وتقديري لكل الأحباء، ونعمته تشملنا جميعاً .

البابا تـواضروس الثانـي

أول تـوت ١٧٣١ ش

E-mail: mnahg.trbya.knsya@hotmail.com

الخدمة الافتتاحية (٤٥ دقيقة)

	التاريخ	ترانيم / ألحان (١٠ ق)	قبطي / محفوظات (١٠ق)		سلوكيات (١٠ ق)	شخصيات كتابية، وعقيدة وطقس (١٠ ق)
توت	الأسبوع الأول	مرد إنجيل عيد النيروز	مزامير صلاة الساعة الثالثة (١٢ مزمور)	(مز ١٩)	آداب التصرف داخل الكنيسة	بصلئيل وأهولياب ـ هل أنت مُبدع ؟
	الأسبوع الثاني			(مز ٢٢)	سلوكك أثناء الخلوات ورحلات	أبطال داود الثلاثة: أبيشاي، بناياهو، عسائيل ـ الشجاعة
	الأسبوع الثالث	مرد إنجيل عيد الصليب		(مز ٢٣)	سلوكيات الرحلات	مفيبوشث ـ معنى الحياة
	الأسبوع الرابع				سلوكيات السفر	وشتي ـ تعلّم متى تقول: لا
بابى	الأسبوع الأول	مرد الإنجيل السنوي		(مز ٢٥)	في المدرسة	سر نجاح يشوع ـ الدافع إلى الإنجاز
	الأسبوع الثاني			(مز ٢٨)	كيف تتعامل مع الآخرين؟	عوبديا ـ التقوى
	الأسبوع الثالث			(مز ٢٩)	كيف تشجع الآخرين؟	مار افرام السرياني ـ أهمية القراءة
	الأسبوع الرابع				فن الحوار والحديث	أليعازر الدمشقي ـ الصلاة
هاتور	الأسبوع الأول	لحن: Ϩⲓⲧⲉⲛ ⲛⲓⲡⲣⲉⲥⲃⲓⲁ و `Ⲁⲙⲏⲛ ⲁⲙⲏⲛ ⲁⲙⲏⲛ : ⲧⲟⲛ ⲑⲁⲛⲁⲧⲟⲛ ⲥⲟⲩ Ⲕⲩⲣⲓⲉ		(مز ٣٣)	التعامل مع الوالدين	دبورة ـ عدم الخوف والاطمئنان
	الأسبوع الثاني			(مز ٤٠)	كيف تتعامل مع أخيك أو أختك؟	نحميا ـ النجاح
	الأسبوع الثالث			(مز ٤٢)	التعامل مع الضيوف	دانيال ـ ضبط النفس
	الأسبوع الرابع				كيف تكسب الأصدقاء؟	الأنبا صرابامون أبو طرحة ـ محبة الآخرين
كيهك	الأسبوع الأول	مردات إنجيل كيهك		(مز ٤٤)	كيف تتعامل الأنماط الصعبة؟	الشهيدة دميانه ـ الشهادة للمسيح في حياتنا
	الأسبوع الثاني			(مز ٤٥)	فن الاستماع	آدم وحواء ـ كم أنت تساوي
	الأسبوع الثالث			(مز ٤٦)	آداب التحدُّث في الموبايل	طابيثا ـ الخدمة
	الأسبوع الرابع	مرد إنجيل عيد الميلاد			كيف تتعامل مع النت	أبيجايل ـ كيف نتحاور مع الآخرين
طوبى	الأسبوع الأول	مرد إنجيل عيد الختان	مزامير صلاة الساعة السادسة	(مز ٥٣)	فن تقديم الهدايا	التجسُّد
	الأسبوع الثاني	مرد إنجيل عيد الغطاس		(مز ٥٦)	آداب الزيارة	الشورية
	الأسبوع الثالث	مرد إنجيل عيد عرس قانا الجليل		(مز ٦٠)	كيف تحافظ على بيئتك؟	الفداء
	الأسبوع الرابع				الخصوصية	موسى ـ طوّر نفسك
أمشير	الأسبوع الأول	مرد إنجيل آحاد الصوم الكبير لحن: Ⲙⲉϥⲥⲉⲛϯ		(مز ٦٢)	كيف تعتني بنظافتك؟	مريم ومرثا ـ اعرف نفسك ـ (الطريق نحو شخصية متكاملة)
	الأسبوع الثاني			(مز ٦٦)	كيف تختار ملابسك؟	هيرودس ، امرأة لوط ، بولس الرسول ـ هل حياتك لها هدف؟
	الأسبوع الثالث			(مز ٦٩)	آداب تناول الطعام	يوسف ، حَجّي ـ التخطيط للمستقبل
	الأسبوع الرابع				آداب التحدث أثناء الطعام	لوط ، أبشالوم ، عيسو ـ المسيح سند الحياة

فقرة الترانيم للخدمة الافتتاحية

الشهر	الأسبوع	الترنيمة
توت	الأول	نوّري نوّري يا كنيسة المسيح
	الثاني	أعروس الفادي القبطية
	الثالث	من كل الأمم
	الرابع	ماتعولش الهم ومتخافش
بابى	الأول	ربي اجذبني
	الثاني	أعطى فرحاً لنفوسنا
	الثالث	غيّرت أوغسطين
	الرابع	امسك يارب إيدي
هاتور	الأول	المؤمن الأمين
	الثاني	من الأعماق يا ربي
	الثالث	فرَّحت قلبي يوم ما قابلتك
	الرابع	أين أنت يا ربي
كيهك	الأول	العليقة التي رآها
	الثاني	ربي يسوع الغالي
	الثالث	صوت حبيبي فوق الجبال
	الرابع	ما أحلى أن نجتمع معاً
طوبى	الأول	يوم ميلادك يا يسوع
	الثاني	لا تخف لأني عرفتك
	الثالث	وسط البحر الهائج
	الرابع	يا سائح للقاء يسوع
أمشير	الأول	لو لم يحبني المسيح
	الثاني	سامحنا يا فادينا
	الثالث	إلهي إلهي كُن قائدي
	الرابع	لا تخف لأني معك

١. الترانيم



١. نـوّري نـوّري

القرار

نوّري نوّري يا كنيسة المسيح

نوّري نوّري نوّري

✠ في (عيد شهدائك)[٢] الأبرار القديسين

نوّرى نوّري نوّري

✠ (في النيروز)[٢] ذكرى الشهداء

القديسين القديسين القديسين

✠ الدم سال ياما سال أنهار

دم الشُّهداء، دم الأبرار، دم الأطهار، دم الأبطال

✠ القديسين الشُّهداء لبسوا التيجان

والأكاليل الأكاليل الأكاليل

✠ يارب احفظ لينا إيماننّا، واحرُس لينا بطركنا

نوّري نوّري نوّري

٢. أعـروس الفـادي

١- أعـــروس الفـــادي القبطيـــة ... وضـــياء بـــلادي المصـــرية

بمحبـــة قلبـــي الناريـــة ... أهـــواكِ يـــا أرثوذكســـية

القرار

أم الشـــــهداء جميلـــــة ... أم الشـــــرفاء نبيلـــــة

عبـــرت بحـــر الآلامـــات ... حفظـــت بـــدماها الحـــق قـــويم

٢- يـــا أمـــي حبـــكِ أحيـــاني ... آلامـــكِ بـــذرة إيمـــاني

قـــد جُـــزتِ أمـــرّ الأزمـــان ... وخرجـــتِ خـــروجِ الشـــجعان

٣- ضـــربوكِ الأعـــداء طـــردوكِ ... ســـجنوكِ وأيضـــاً قتلـــوكِ

وطعـــام وحـــوش جعلـــوكِ ... ولكُـــلِّ عـــذابٍ دفعـــوكِ

٤- يـــا أمـــي كـــم كنـــتِ أمينـــة ... وبحـــب عريســـكِ مفتونـــة

أســـراره عنـــدكِ مكنونـــة ... وبقوتـــه أنـــتِ مصـــونة

٥- مـــا أحلـــى أمـــي المطـــرودة ... مـــن أجـــل الفـــادي وعبيـــده

يـــا ســـعده معطيـــكِ وداده ... مـــن يُـــنهِض بيعـــة أجـــداده

٦- يا ليت فؤادي يهواكِ   كي أحيا في ظل حماكِ
وأُطارِد دوماً أعداكِ   وأجدّد أيام صباكِ
٧- يا أمي أثارك في الوادي   وحنانك يغلي في فؤادي
ها عهد وفائي ووداي   أن أخدم بِيعة أجدادي

٣. من كل الأمم

القرار

من كل الأمم... من كل القبائل... من كل الشعوب
من كل الأمم... من كل القبائل... من كل لسان
(أمام العرش وقوف... ربوات ألوف ألوف)٢
(جايين من كل مكان)٢

١- جايين من ضيق وأنين   جايين من ظُلم سنين
لابسين متسربلين   وعلى القيثارات عازفين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم هاتفين وهم جايين
٢- أمام الطغاة واقفين   يتحاكموا وهم صامتين
عالظلم كمان صابرين   ودول للسما ناظرين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم شاكرين وهم جايين
٣- وسط الأتون ماشيين   جوه السجون راضيين
بالروح متعززين   وبيسوع مسبيين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم فرحين وهم جايين
٤- بهوان وآلام عايشين   وصعاب وعذاب شايفين
بأمان وسلام شاعرين   وصوت التهليل رافعين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم غالبين وهم جايين
٥- ترس الإيمان ماسكين   خوذة الخلاص حاملين
قوات العدو غالبين   وأمجاد السماء وارثين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم واثقين وهم جايين
٦- بيض الثياب لابسين   ولبيت الآب رايحين
ده ملايكة وقديسين   بصوت الترحيب قابلين
(دول المفديين بالدم الثمين)٢   شفتهم كاملين وهم جايين

٤. ما تعولش الهم وما تخافش

القرار

(ما تعولش الهم وما تخافش — ربنا موجود
ده إلهك حي ما بينامش — وما لوهش حدود)[٢]

١. اطّمن روح لطبيب الروح — ده الباب مفتوح بابه مش مسدود
وياريت تناديله ولمَّا هتجيله — الشوك ها يشيله وها يبقى ورود

ربنا موجود

٢. يا سلام يا هَناك طول ما هو وياك — عايش جواك وعليك بيسود
لو كان مسئول عنك على طول — الهم يزول والفرح يعود

ربنا موجود

٣. لو ماسك فيه ومسلِّم ليه — عمرك وعليه على طول مسنود
شرّك يمحيه عمرك يبنيه — حالاً تلاقيه ما بقاش مهدود

ربنا موجود

٥. ربي اجذبني

١ - ربي اجذبني وراك فأجري — قدّس حياتي حياتي قلبي وفكري
٢ - أدخلني الملك إلى حجاله — فسُر قلبي قلبي إذ رأى جماله
٣ - قد كنت سوداء كخيام قيدار — ألبسني ربي ربي كل الأنوار
٤ - أنا جميلة مع كوني سودا — يسوع ربي ربي هو جمالي
٥ - شمس التجارب قد لوحتني — لكن يسوع يسوع أبداً ما تركني
٦ - قد تركتني كل البَرِيَّة — وبنو أمي أمي غضبوا عليَّ
٧ - لما رآنا في الدنيا حزانى — فتش علينا علينا مات وأحيانا
٨ - يسوع بقربي يسوع في قلبي — يا لسروري سروري بيسوع ربي

٦. أعطى فرحاً لنفوسنا

١ ـ أعطـــــى فرحـــا لنفوســــنا تـــذكار اســـمك القـــدوس

القرار

يــا ربـــي يســوع المســيح مُخلّصــــــي الصــــــالح

٢ ـ كــــل أحـــد يباركـــــك الســـمائيون والأرضـــــيون

٣ ـ يـــارب أنـــت وحـــدك مســـــتحق أن نباركـــــك

٤ ـ تســـبِّح اســـمك القـــدوس كــــل قبائــــل الأرض

٥ ـ ســـبع مـــرات كـــل يـــوم أُبـــارك اســـمك القـــدوس

٦ ـ بلـــــذةٍ نباركـــــك نحـــن كلنـــا شـــعبك

٧ ـ بهـــاءُ اســـمك القـــدوس فـــي أفـــواه قديســـيك

٨ ـ مـــن بـــاكر إلـــى المســـاء أُبـــارك اســـمك القـــدوس

٩ ـ كــــل نفـــس أتنسَّـــمَهُ أُســـبِّح اســـمك القـــدوس

١٠ ـ كــــل أســـباب الخطيـــة انزعهـــا مـــن أنفســـنا

١١ ـ كــــل أفكـــار العـــدو فلتَبْعُـــدْ دايمـــاً عنّـــي

١٢ ـ كــــل نســـمة تباركـــك كمـــا يقـــول النبـــي

١٣ ـ أنـــت فـــوق كـــل رياســـة أنـــت هـــو ملـــك الملـــوك

١٤ ـ المجـــد لـــك مـــع أبيـــك والـــــروح القــــدس

١٥ ـ اســـمك حلـــو ومُبـــارَك فـــي أفـــواه قديســـيك

١٦ ـ نعـــم حقـــاً نُســـبِّحك نعـــم حقـــاً نُبارِكـــك

١٧ ـ كــــل نَفْـــسٍ تُبارِكـــك وكُـــل رُكبـــةٍ تجثـــو لـــك

١٨ ـ بالبركـــــة نُبارِكـــك بالمجـــــد نُمجِّـــدك

٧. غيّـرت أوغسطين

١. غيّـــرت أوغســـطين الفـــاجر حوّلتـــه إلـــى قـــديس طـــاهر

حوّلـــت ماريـــا القبطيـــة مـــن ســـيرتها الشـــيطانية

(إلـــى ســـيرة حلـــوة ملائكيـــة فـــي عيشـــة نُســـك ســـماوية)٢

غيّـــرت أوغســـطين الفـــاجر (حوّلتـــه إلـــى قـــديس طـــاهر)٢

٢. حوّلـــت كمـــان موســـى الأســـود اللـــي كانـــت هيئتـــه ترعـــد

إلـــى قـــديس طـــيب متواضـــع قلبـــه أبيـــض نـــوره ســـاطع

(صـــاحب قـــدرة لا نهائيـــة بتحـــب خـــلاص البشـــرية)٢

حوّلــت كمـــان موســـى الأســود
(اللـــي كانـــت هيئتـــه ترعـــد)[2]

٣. يــــــارب يـــــاللي اتــــــولتهم
بالنعمـــــة وغيّـــــرت حيـــــاتهم

هُـــم وكتيـــر جـــداً غيـــرهم
تحريـــــرهم تـــــم وتبريـــــرهم

(أرجـــوك أرجـــوك اتـــولاني
حـــولني إلـــى إنســان تـــاني)[2]

يــــارب يـــــاللي اتـــــولتهم
(بالنعمـــة وغيّـــرت حيـــاتهم)[2]

٤. ســـامحني وبـــالعطف اشـــملني
ولصــــورة بهيــــة حــــوّلني

إنســـان اتحـــرر مـــن شـــره
ومشـــي بهمَّـــة فـــي طريـــق بــره

(طـــرح الماضـــي بكـــل ســـواده
وفـــي درب النـــور ماشـــي جهـــاده)[2]

سـامحني وبالعطـف اشـملني
(ولصـورة بهيـة حولـنـي)[2]

٨. امسك يارب ايدي

١. امســــك يــــارب ايــــدي
زي بطـــــرس زمــــــان

لمـــــا قـــــرّب يغــــرق
مســــكت ايديــــه بحنــــان

(ورفعتــــه وســــط المــــوج
وايديتـــه ســـلام وأمـــان)[2]

(وأنـــا زيــه يـــا ربــي
امســـك أيـــدي كمـــان)[2]

٢. المـــوج علـــيَّ عـــالي
يخطـــف قلبـــي منـــي

والـــريح يـــارب شـــديدة
وخـــايف نفســـي تخـــونّي

(والمركـــب طـــالع نـــازل
وصـــخور بتحطمنـــي)[2]

(قـــول للمـــوج يهـــدأ
فـــي صـــدرك احضـــني)[2]

٣. ادخـــل يـــا ربـــي ســـفينتي
أُملـــك حيـــاتي تمـــام

واطـــرد منـــي الخـــوف
داوي كـــــل الآلام

(واســـكن جـــوه قلبـــي
وامـــلاه بالســـلام)[2]

(أبـــداً مـــا تســـبني لوحـــدي
أمشـــي وســـط الأيـــام)[2]

٤. إيمـــاني يـــا ربـــي ضـــعيف
شـــدِّدني فـــي الإيمـــان

وإن يـــوم أنـــا شـــكّيت فيـــك
أو تهـــت فـــي أي مكـــان

(دا أنـــت يـــا ربـــي أبويـــا
قلبـــك كلـــه حنـــان)[2]

(رجعنـــي تـــاني ليـــك
أعـــيش طـــول الزمـــان)[2]

٥. وفـــي الأبديـــة يـــا ربـــي
أتمنـــى أكـــون معـــاك

جهّـــز لـــي هنـــاك مكـــان
علشـــان أكـــون ويـــاك

(مهمـــا كانـــت ضـــعفاتي
مـــا لـــي يـــارب ســـواك)[2]

(أنـــت تســـتر علـــيَّ
وتفرحنـــي برؤيـــاك)[2]

٩. المؤمن الأمين

١ـ المـــــــؤمن الأمـــــــين	يفـــــرح فـــــرح ثمـــــين
والخـــاطي يظـــل حـــزين	لمَّـــا يســـوع ييجـــي

القرار

**يســـوع قـــال أنـــا جـــاي	والمـــؤمن أخـــده معـــاي**
**تعمـــل يـــا خـــاطي ازاي	لمَّـــا يســـوع ييجـــي**

٢ـ يـــا خـــاطي تُـــبْ وارجـــع	ولصـــوت يســـوع اســـمع
تتـــــدم ولا ينفـــــع	لمّـــا يســـوع ييجـــي

٣ـ لا ينفعـــــك المـــــال	كـــــلاّ ولا الجمـــــال
تتغيـــــر الأحـــــوال	لمَّـــا يســـوع ييجـــي

٤ـ لـــيس لـــك أعـــذار	حُـــرّ فيمـــا تختـــار
المجـــــد أو النـــــار	لمـــا يســـوع ييجـــي

٥ـ شـــقا هنـــا وهنـــاك	إن عشـــت فـــي خطايـــاك
نصـــــيبك الهـــــلاك	لمَّـــا يســـوع ييجـــي

٦ـ إن قامـــــت الجمـــــوع	حـــدث عطـــش أو جـــوع
ممســـوك فـــي يـــد يســـوع	لمّـــا يســـوع ييجـــي

٧ـ مجيئـــه علـــى الأبـــواب	افرحـــوا يـــا أحبـــاب
ســـنُخطَف علـــى الســـحاب	لمَّـــا يســـوع ييجـــي

٨ـ يســـوع علـــى المينـــا	واقـــــف مســـــتنينا
نملـــــك كراســـــينا	لمّـــا يســـوع ييجـــي

٩ـ ســـاعة عشـــا الخـــروف	نجلـــس صـــفوف صـــفوف
بكـــره العيـــون تشـــوف	لمّـــا يســـوع ييجـــي

١٠. من الأعماق يا ربي

١ـ (مـــن الأعمـــاق يـــا ربـــي	صـــرخت مـــن قلبـــي)[٢]
(حتـــى تنظـــر إلـــيَّ	وتســـتجيب لـــيَّ)[٢]

(أنا مسكين)[٢]

٢ـ إذا مـــا صـــرخت إليـــكَ	لتســـتقِم لـــديكَ
صـــلاتي كبخـــورٍ	تصـــعد بـــلا فتـــورٍ

أيا مُجيب

٣. لـــيكن رفـــع يـــديَّ قـــدامك كذبيحـــــة مســـائية أمامــــكَ
تغفـــر لـــي بيهـــا ذنبـــي وتُطهِّــــر بيهـــا قلبـــي

أيا مُعين

١١. فرّحت قلبي يوم ما قابلتك

فرّحـــت قلبـــي يـــوم مـــا قابلتـــك يـــوم مـــا قابلتـــك كـــان يـــوم عيـــد
خلَّصـــــتني وريّحـــــت ضـــميري غيّـــرت قلبـــي بقلـــب جديـــد

أنـــت حبيبـــي وأنـــت حيـــاتي أنـــت نصـــيبي أعظـــم نصـــيب
أحببتنـــي يـــا يســـوع وأنـــا خـــاطي حُبَّـــك ظهـــر لـــي فـــي الصـــليب

ســـمعت صـــوتك بينـــاديني بآيـــة مـــن آيـــات الإنجيـــل
وجـــدت فيهـــا تعزيـــاتي وكـــان صـــوتك واضـــح وجميـــل
فـــي لحظـــة واحـــدة اتغيّـــر حـــالي شـــعرت إنـــي إنســـان جديـــد
ســـعادة لـــم تخطـــر علـــى بـــالي فـــرح لا يُنطَـــق بـــه ومجيـــد
عنـــدك نِعـــم وحيـــاة أبديـــة عنـــدك ينبـــوع يـــروي العطشـــان
اروِنـــي مـــن نبعـــك يـــا فـــاديّ لكـــي أكـــون دومـــاً فرحـــان

١٢. أين أنتَ يا ربي

١. أيـــن أنـــتَ يـــا ربـــي عرفنـــــي طريقـــــكَ
ومهمـــــا دا كلفنـــــي مـــــش رايـــــح لغيـــــرك

القرار

(أســـــمع أن طريقـــــك مليانـــــاً بالأشـــــواك)[٢]
(لكـــن معـــك يـــا ربـــي تهـــون كـــل الآلامـــات)[٢]

٢. دا أنـــــتَ هـــــو الطريـــــق والحـــــق والحيـــــاة
دربنـــي كـــي أحيـــا فيـــكَ ودوّبنـــي فـــي ثنايـــاك
٣. لأنـــك غلبـــت العـــالم والشـــيطان والخطيـــة
أيـــن أنـــتَ يـــا ربـــي هبنـــي تلـــك العطيـــة
٤. ومهمـــا طـــال عمـــري الـــدنيا مـــش هتـــدوم لـــي
دا أنـــتَ اللـــي شـــايل همـــي وحزنـــي وكـــل ألمـــي

١٣. العليقة التي رآهـا

١. العليقـــــــة التـــــــي رآهـــــا ‏ موســـى النبـــي فـــي البريـــة
والنيــــران تُشـــعل جواهــــا ‏ ولـــــم تمسســــها بأذيــــة
٢. مثــــال أم النــــور طوباهــــا ‏ حملــــت جمـــر اللاهوتيــــة
تســـعة أشـــهر فـــي أحشـــاها ‏ وهـــــيَ عـــــذراء ببكوريــــة
٣. أنـــا أفـــتح فـــاي وأتكلـــم ‏ وأنطــــق بأســـرار خفيــــة
بكرامــــة أم النـــور مـــريم ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
٤. بابنـــك يـــا زيـــن العـــالم صِـــرنا ‏ أحـــــراراً بعـــــد العبوديــــة
ومـــن أســـر إبلـــيس خلصـــنا ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
٥. تمـــت عنـــكِ كـــل الأقاويـــل ‏ والشــــــهادات النبويــــــة
بشـــأن مـــيلادكِ عمانوئيـــل ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
٦. جبرائيـــل بالبشـــرى ناداهـــا ‏ بحلــــول الكلمــــة الأزلــــي
بكـــر بتـــول حملـــت مولاهـــا ‏ وهـــــيَ عـــــذراء ببكوريــــة
٧. حـــل بـــروح قدســـه فـــي أحشـــاكِ ‏ وأخــــذ منــــكِ الناســــوتية
بشـــري كامـــل حملتـــه يـــداكِ ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
٨. خلـــــــص آدم وبنيـــــــه ‏ وأبـــرأه مـــن ســـم الحيـــة
إلـــى مرتبتـــــه قــــد ردَّه ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
٩. داود أبـــوكِ قـــال عنـــكِ ‏ نطــــق بشــــهادات نبويــــة
إلـــه الآلهـــة صـــار ابنـــكِ ‏ طوبـــاكِ يـــا زيـــن البشـــرية
١٠. دُعيـــتِ أُمّـــاً لِمَـــنْ أنشـــاكِ ‏ لأجـــل خـــلاص البشـــرية
أتـــى وســـكن فـــي أحشـــاكِ ‏ وأنـــــتِ عـــــذراء ببكوريــــة

١٤. ربـي يسـوع الغالـي

\+ ربـــي يســـوع الغـــالي ‏ مفـــيش زيـــه حبيـــب
معـــاه تهـــون الغربـــة ‏ ويهـــون حمـــل الصـــليب

القرار

مـــا أحلـــى العشـــرة ويّـــاه ‏ يســـــوع رب الســـــما
يبـــــارك الحيـــــاة ‏ والعيشـــة حلـــوة معـــاه

أنا عايش في حماه

+ وآلامـــــي فـــــي البريـــــة
ع الأذرع الأبديـــــــــــــــة
مهمـــــا كانــــــت كتيــــــر
يحملنــــــــــي القــــــدير
+ وبعِـــز يـــا نفســـي دوســـي
ده حبيبــــي حلقـــــه حــــلاوة
علــــى كـــل المُغريــــات
وكلــــــه مشـــــــتهيات
+ وســـــــعادة أبديــــــــة
هنـــا فـــي عيشــــة هنيــــة
كمــــا قـــال الكتـــاب
وهنــــاك فـــي بيـــت الآب

١٥. صوت حبيبي فوق الجبال

القرار

صـــوت حبيبـــي فـــوق الجبـــال
متخطيّـــاً جبـــال الجلجثـــة
هـــوذا آتٍ علــى الـــتلال
عـــابراً تـــلال النـــاموس والآثـــام

١- حبيبتـــي هيـــا رجوعـــاً إلـــيَّ
كفـــاك شـــروداً فـــي درب الخطيـــة
هــــوذا الشـــتاء مـــــرّ وزال
عيشـــي ربيعـــي هيـــا تعـــال

٢- أســمِعيني صــوتك أرينــي وجهــك
فصـــوتك لطيـــف ووجهــك جميــل
ولا تخجلـــي مـــن كثـــرة الآثـــام
ولحـــن الرجـــوع أجمـــل الألحـــان

٣- أنــــا ســــوداء بفعــــل الخطيـــة
وبنـــو أمـــي غضـــبوا علـــيَّ
وأصـــل جمـــالي جمـــال الحبيـــب
وجـاء اضـطهادي مـن بـاب القريـب

٤- كُلُّــكِ جميـــل بـــلا عيـــب فيـــك
فـــي دمـــي أراك بغيـــر ظلمـــة فيـــك
قـد سـبيت قلبـي مـا أحسـن حبـك
افتحـــي يـــا أختـــي يـــا حمـــامتي

٥- مُشـرِقَة كالصــبح طــاهرة كالشــمس
جميلـــة كـــالقمر مرهبـــة كجـــيش
تُعلِـــن الإنجيـــل فيهـــرب الظـــلام
اثبتـــي فـــي حبـــي تحمّلـــي الآلام

٦- هـــذا حبيبـــي يســـوع خليلـــي
تُحبُّـــه نفســـي وصـــار دليلـــي
أبـــيض رقيـــق بِطُهـــر الإلـــه
وأحمـــر كفـــادٍ طهَّرنـــي بـــدماه

٧- أنــــا لحبيبـــي وحبيبـــي لـــي
حلـــــوة لحلقـــــي ثمرتـــــه
وتحـــت ظلـــه اشـــتهيت الجلـــوس
إنـــه ينـــاديني يـــا أختـــي العـــروس

١٦. مـا أحلـى أن نجتمـع معـاً

١- مـــا أحلـــي أن نجتمـــع معـــاً — بالحـــب يقـــول الـــرب لنـــا
مـــا اجتمـــع باســـمي اثنـــان معـــاً — إلا وهنـــاك أكـــون أنـــا

القرار

يـــا رب تعـــال الآن هنـــا — نـــدعوك تعـــال وكـــن معنـــا
مـــن روحـــك املأنـــا فرحـــاً — وســـلاماً لا يعطيـــه غِنـــى

٢- إذ أنـــت لنـــا عـــونٌ وسَـــنَد — فـــي كـــل طريـــقٍ نســـلكه
وصـــديقٌ لـــيس ســـواه نجـــد — نُعطيـــه القلـــب نُملِّكـــه

٣- الـــرب هنـــا دومـــاً معنـــا — مـــا أجملـــه مـــا أشـــبعنا
ســـنُكلِّمه وسيســـمعنا — وســـيبقى لنـــا فينـــا معنـــا

١٧. يـوم ميـلادك يـا يسـوع

(يـــوم مـــيلادك يـــا يســـوع — مـــش ممكـــن أبـــداً هانســـاه
يـــوم مـــا نزلـــت يـــا يســـوع — ووهبـــت لـــي الحيـــاة)[٢]

القرار

(تعـــال يـــا ربـــي — اســـكن جـــوه قلبـــي)[٢]
(وتعـــال يـــا يســـوع — وحـــدك جـــوه قلبـــي)[٢]

(يـــوم مـــيلادك يـــا يســـوع — هـــو أعـــز عنـــدي
مـــن كـــل مـــيلاد يـــا يســـوع — حتـــي أعـــز حبـــايبي)[٢]

(يـــوم مـــيلادك يـــا يســـوع — أســـعد يـــوم للإنســـان
اتبـــدلت فيـــه الهمـــوم — واتغيّـــرت الأحـــزان)[٢]

(ســـنة جديـــدة للحيـــاة — يـــا ريـــت تيجـــي وتبتـــديها
وتباركهـــا يـــا يســـوع — ويكـــون حبـــك اللـــي ماليهـــا)[٢]

(يـــوم مـــيلادك يـــا يســـوع — هـــو يـــوم مـــيلادي
ولـــدْتِني مـــن فـــوق يـــا يســـوع — والســـما بقـــت بـــلادي)[٢]

١٨. لا تخف لأني عرفتك

١- لا تخـــف لأنـــي عرفتـــك | فــي الــبطن قبـل مــا صــوّرتك
أنــــا معـــــك لأنقــــذك | إن كـــان خطـــر يهـــددك

القرار

لا تخـــف لأنـــي فـــديتك | وبِاســـمك أنــــا دعوتُـــكَ
قــــد أيـــدتك وأعنتـــك | ويميــــين بــــري عضــــدتك

٢- لا تخـــف لكـــن تشـــدَّد | لا أتركــــــك فتشــــجع
تعلـــــق بــــي أنجيــــك | أرفعـــــــك أُعليـــــــك

٣- لا تخـــف أنـــا أُعينـــك | أنــــا المُمسِــــك بيمينــــك
لا تغمـــــرك الأنهـــــار | ولا تلـــــدغ مـــــن النـــــار

٤- لا تخـــف لأنـــي معـــك | فــوق كــل الصــعاب أرفعــك
أي لســـان يقـــوم عليـــك | فــــي القضــــا تَحكُــــم عليــــه

٥- لا تخـــف فكـــل آلـــة | صُـــوِّرَت ضـــدك بطالـــة
قـــد جعلتـــك نورجـــاً | جديـــــــداً محـــــــدداً

١٩. وسط البحر الهايج

١. وســـط البحــــر الهــــايج | وأنـــــــا ســــــــاير
تضـــــربني أمواجـــــه | تجعلنـــــــي حـــــــاير
(ويســـوع بـــاين تركنـــي)[٢] | ولا عُدت أشوفه من ضعف إيماني)[٢]

القرار

يســـوع لمّـــا رآنـــي أســـرع إلـــيَّ | فـــي يأســـي وظلامـــي نـــوَّر عينـــيَّ
(لمـــا شُـــفتُه صـــرخت ارحمنـــي)[٢] | جـــه أنقـــذني واتحـــنن علـــيَّ

٢. صـــوت الريـــاح مُخيـــف | يــــــزعج آذانــــــي
هـــول الليـــل وظلامـــه | هـــــدِّد ســــــلامي
(والـــدموع لا تتـــرك عينـــي)[٢] | (والنعـاس الهـادي قـد فـارق أجفـاني)[٢]

٣. أخـــذت المجـــداف أجـــدف | خابـــــت آمـــــالي
ضـــعفي وعجـــزي وجهلـــي | زوِّد أحزانـــــــــي
(ويســـوع ع الشـــط شـــايفني)[٢] | (امتى تيجي يا ربي وتزُدّ لي آمالي)[٢]

٤ـ كنــــت غرقـــــان ويــــائس | وأملــــــــــي مقطـــــــــوع
جيـــــت ليســـوع حبيبــــــي | أذرف لـــــــه الـــــــدموع
(لمـــا رآنـــي عطـــف علـــيَّ)[٢] | (مـد ايـده الحلـوة ومسـح لـيَّ عينـيَّ)[٢]

٢٠. يا سائح للقاء يسوع

١ـ يـــا ســـائح للقـــاء يســوع | لا يهمــك عطـــش ولا جــوع
طعامــــك خبــــز الحيـــاة | ويرويـــك مـــاء الينبــوع
٢ـ يـــا ســائح اتــرك مــا فــات | واســلك فــي الطريــق بثبــات
وإن كــان فــي الطريــق آلامــات | أُذكــر مَــن فــي حُبــك مــات
٣ـ البــوق يضــرب بعــد قليــل | بـــالفرح وصـــوت التهليـــل
حفلــة عظيمــة علــى الســحاب | والســـهران يلـــبس إكليـــل
٤ـ راح يعـــد لـــك مكـــان | مشـــغول بيـــك بقالـــه زمـــان
قلبـــه متشـــوَّق إليـــك | ســـعدك لـــو لقـــاك ســـهران
٥ـ يـــا وديعـــة المســـيح | يـــا ســـاكنة وســـط الصـــخور
لا تخـــافي مـــن خطـــر | حـــاميكي صـــخر الـــدهور
٦ـ تخـــت سُـــليمان أنـــتِ | حولـــكِ ســـتون جبـــار
كلُّهـــم حـــاملين ســـيوف | يُحرسُـــوكِ ليـــل ونهـــار

٢١. لو لم يحبني المسيح

١ـ لـــو لـــم يحبنـــي المســـيح | مـــا كـــان أشـــقاني
خلّصـــــني ذاك الـــــذبيح | بدمـــــه القـــــاني

القرار

فالشـــكر منّـــي واجـــب | مـــا دُمـــت فـــي الحيـــاة
لمَـــن فـــدى نفســـي ومـــن | قـــد جـــاد بالنجـــاة

٢ـ لـــو لـــم يحبنـــي الـــرحيم | إذ مـــات عـــن ذنبـــي
لـــم أنتظـــر دار النعـــيم | ولا لقـــى الـــرب
٣ـ لـــو لـــم يحبنـــي الغفـــور | كنـــت مـــع الأشـــرار
أبقـــى إلـــى دهـــر الـــدهور | معـــذّباً بالنـــار
٤ـ لـــو لـــم يحبنـــي الـــذي | كُلِّـــلَ بالأشـــواك
كنـــت إذاً مقيـــداً | فـــي وهـــدة الهـــلاك

٢٢. سامحنا يا فادينا

سامحنا يا فادينا باركنا يا يسوع
عيوننا بترجاك (مليانة بالدموع)

١- أنت إلهنا الحي أنت قُريب جاي
هاتيجي وتعزّينا وتمسح الدموع

٢- دايماً نتعدّى عليك والعالم بيغرينا
قوّينا قوّينا من فضلك يا يسوع

٣- تغاضى عن خطايانا عظِّم لُطفَك ويانا
وضع يدك علينا وبارِك الجموع

٤- نوصيك بعمل يديك خُدّامك والسامعين
خطاة ومؤمنين (أوردهم للينبوع)[٢]

٥- ولا حاجة نستاهلها من اللي انت بتديها لنا
دي محبتك غمرتنا نسجد لك في خشوع

٦- على القلوب بتقرع وطوبى للي يسمع
ويتوب توبة من قلبه توبة من غير رجوع

٢٣. إلهي إلهي

١- إلهي إلهي كُنْ قائدي في مسيرة الصلب لأقتدي
أراك ضعيفاً وأنت القوي تصفح وتغفر لكل معتدي

القرار

اِفعل بي ما تُريد أنت رفيقي الوحيد
قد صِرتَ ملجأي في كل ضيق أُسرِع إليك وأحتمي فيك

٢- ها صليب العار قد حملته بكل فخارٍ قد رفعته
إلى الجلجثة حيث وضعته على ربوة عالية قد ثبته

٣- قد وضعت ذاتي على صليب العار مُستسلِماً لك بكل إصرار
أسمع دقة قلبك مع دقة المسمار تُعلِن ليَّ حُبك يا قدوس يا بار

٤- يا له من عمل سري إلهي عجيب أَصيرُ شريكاً في طبيعة الحبيب
همسات حُبّه للقلب تُذيب صِرتُ له أسيراً أخذته ليَّ نصيب

٢٤. لا تخف لأني معك

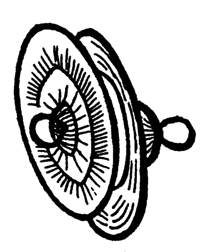
١. لا تخـــف لأنــــي معـــك لا تخــــف أنــــا أُعينُــــك
لا تخــــف فــــإني أســـــمعك أنـــا مُمسِـكٌ بيمينِـك إلـــى الأبـــد

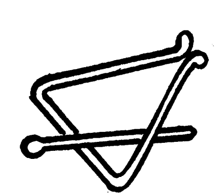
القرار

جفـــف مـــدمعك مـــن البكـــاء أمـــل مســـمعك نحـــو الســـماء
لا تـــدع عمـــرك يمضـــى هبـــاء ولـــيَكُن حُبّـــي هـــو الرجـــاء
أنا مُمسِكٌ بيمينك إلى الأبد

٢. لا تخــف لأنـــي أنـــا معـــك لا تخـــف فأنـــا لا أُهملـــك
لا تخـــف أنـــي لا أتركـــك (أنـــا مُمسِـكٌ بيمينـك إلـى الأبـد)٢
٣. لا تخــف لأنـــي أنـــا معـــك لا تخـــف فأنـــا حصـــنك
لا تخــــف فــــإني ملجــــأك (أنـــا ممسـك بيمينـك إلـى الأبـد)٢
٤. لا تخــف لأنـــي أنـــا معـــك فـــي حُزنِـــكَ أمســـح دمعتـــك
لا تخــــف أنــــا أُريحُــــك (أنـــا مُمسِـكٌ بيمينِـك إلـى الأبـد)٢

٢. الألحان





شهر توت

الأسبوع الأول من شهر توت

مرد الإنجيل في عيد النيروز (من ١ توت - ١٦ توت)

ⲁ̅ⲗ̅ ⲁ̅ⲗ̅ ⲁ̅ⲗ̅ ⲁ̅ⲗ̅ : `Ⲥⲙⲟⲩ ⲉ̀ⲡⲓⲭ̀ⲗⲟⲙ ⲛ̀ⲧⲉ ϯⲣⲟⲙⲡⲓ : ϩⲓⲧⲉⲛ ⲧⲉⲕⲙⲉⲧⲭ̀ⲣⲏⲥⲧⲟⲥ Ⲡⲟ̅ⲥ̅.	الليلويا (٤ مرات): بارِك إكليل السنة: بصلاحِكَ يارب.

الأسبوع الثاني من شهر توت

Ϫⲉ ϥ̀ⲥⲙⲁⲣⲱⲟⲩⲧ ⲛ̀ϫⲉ `Ⲫⲓⲱⲧ ⲛⲉⲙ `Ⲡϣⲏⲣⲓ : ⲛⲉⲙ Ⲡⲓⲡ̅ⲛ̅ⲁ̅ ⲉⲑⲟⲩ : ϯ`Ⲧⲣⲓⲁⲥ ⲉⲧϫⲏⲕ ⲉ̀ⲃⲟⲗ : ⲧⲉⲛⲟⲩⲱϣⲧ ⲙ̀ⲙⲟⲥ ⲧⲉⲛϯⲱ̀ⲟⲩ ⲛⲁⲥ.	مُبارَك الآب والابن، والرُّوح القُدُس، الثالوث الكامل، نسجد له ونُمجِّدهُ.

الأسبوع الثالث من شهر توت

مرد الإنجيل في عيد الصليب (١٧ - ١٩ توت)

`Ϥⲧⲁⲓⲏⲟⲩⲧ ⲅⲁⲣ ⲉ̀ⲙⲁϣⲱ : ⲛ̀ϫⲉ ⲡⲓⲙⲏⲓⲛⲓ ⲛ̀ⲧⲉ ⲡⲓⲥ︦ⲧ︦ⲥ︦ : ⲛ̀ⲧⲉ Ⲓⲏ̅ⲥ̅ Ⲡⲭ̅ⲥ̅ `Ⲡⲟⲩⲣⲟ : Ⲡⲉⲛⲛⲟⲩϯ ⲛ̀ⲁ̀ⲗⲏⲑⲓⲛⲟⲥ.	مُكرّمةٌ جداً: علامة الصليب: الذي ليسوع المسيح الملك: إلهنا الحقيقي.

الأسبوع الرابع من شهر توت

`Ⲉⲃⲟⲗϩⲓⲧⲉⲛ ⲡⲉϥⲥ︦ⲧ︦ⲥ︦ : ⲛⲉⲙ ⲧⲉϥⲁⲛⲁⲥⲧⲁⲥⲓⲥ ⲉⲑⲟⲩ : ⲁϥⲧⲁⲥⲑⲟ ⲙ̀ⲡⲓⲣⲱⲙⲓ ⲛ̀ⲕⲉⲥⲟⲡ : ⲉ̀ϧⲟⲩⲛ ⲉ̀ⲡⲓⲡⲁⲣⲁⲇⲓⲥⲟⲥ.	من قِبَل صليبه: وقيامته المقدسة: ردَّ الإنسان مرّة أخرى: إلى الفردوس.
Ϫⲉ ϥ̀ⲥⲙⲁⲣⲱⲟⲩⲧ ...	مُبارَك ...

شهر بابى

الأسبوع الأول من شهر بابى

مرد إنجيل القداس (سنوي)

طوباهم بالحقيقة، قديسي هذا اليوم، كل واحد واحد بِاسمه، أحباء المسيح.

`Ⲱⲟⲩⲛⲓⲁⲧⲟⲩ ϧⲉⲛ ⲟⲩⲙⲉⲑⲙⲏⲓ : ⲛⲏⲉⲑⲟⲩⲁⲃ ⲛ̀ⲧⲉ ⲡⲁⲓⲉ̀ϩⲟⲟⲩ : ⲡⲓⲟⲩⲁⲓ ⲡⲓⲟⲩⲁⲓ ⲕⲁⲧⲁ ⲡⲉϥⲣⲁⲛ : ⲛⲓⲙⲉⲛⲣⲁϯ ⲛ̀ⲧⲉ Ⲡⲓⲭ̀ⲣⲓⲥⲧⲟⲥ.

الأسبوع الثاني من شهر بابى

اشفعي فينا يا سيّدتنا كلنا السيدة والدة الإله، مريم أم مُخلِّصنا، ليغفر لنا خطايانا.

Ⲁⲣⲓⲡ̀ⲣⲉⲥⲃⲉⲩⲓⲛ ⲉ̀ϩ̀ⲣⲏⲓ ⲉ̀ϫⲱⲛ : ⲱ̀ ⲧⲉⲛϭⲟⲓⲥ ⲛ̀ⲛⲏⲃ ⲧⲏⲣⲉⲛ ϯⲑⲉⲟ̀ⲧⲟⲕⲟⲥ : Ⲙⲁⲣⲓⲁ̀ ⲑ̀ⲙⲁⲩ ⲙ̀Ⲡⲉⲛⲥⲱⲣ : ⲛ̀ⲧⲉϥⲭⲁ ⲛⲉⲛⲛⲟⲃⲓ ⲛⲁⲛ ⲉ̀ⲃⲟⲗ.

الأسبوع الثالث من شهر بابى

أُطلب مِن الرَّبِّ عنَّا، أيُّها الناظر الإله الإنجيلي، مرقس الرسول، ليغفر ...

Ⲧⲱⲃϩ ⲙ̀`Ⲡϭⲟⲓⲥ ⲉ̀ϩ̀ⲣⲏⲓ ⲉ̀ϫⲱⲛ : ⲡⲓⲑⲉⲱⲣⲓⲙⲟⲥ ⲛ̀ⲉⲩⲁⲅⲅⲉⲗⲓⲥⲧⲏⲥ : Ⲙⲁⲣⲕⲟⲥ ⲡⲓⲁ̀ⲡⲟⲥⲧⲟⲗⲟⲥ : ⲛ̀ⲧⲉϥ ...

الأسبوع الرابع من شهر بابى

مُبارَك الآب والابن، والرُّوح القُدُس، الثالوث الكامل، نسجد له ونُمجِّدهُ.

Ϫⲉ ϥ̀ⲥ̀ⲙⲁⲣⲱⲟⲩⲧ ⲛ̀ϫⲉ `Ⲫⲓⲱⲧ ⲛⲉⲙ `Ⲡϣⲏⲣⲓ : ⲛⲉⲙ Ⲡⲓⲡ̀ⲛⲁ ⲉⲑⲩ : Ϯ`Ⲧⲣⲓⲁⲥ ⲉⲧϫⲏⲕ ⲉ̀ⲃⲟⲗ : ⲧⲉⲛⲟⲩⲱϣⲧ ⲙ̀ⲙⲟⲥ ⲧⲉⲛϯⲱ̀ⲟⲩ ⲛⲁⲥ.

شهـر هاتـور

الأسبوع الأول من شـهر هاتور

لحن : Ϩⲓⲧⲉⲛ ⲛⲓⲡ̀ⲣⲉⲥⲃⲓⲁ̀

Ϩⲓⲧⲉⲛ ⲛⲓⲡ̀ⲣⲉⲥⲃⲓⲁ̀ ̀ⲛⲧⲉ ϯⲑⲉⲟ̀ⲧⲟⲕⲟⲥ ⲉⲑⲟⲩ Ⲙⲁⲣⲓⲁ̀ : Ⲡ⳪ ⲁ̀ⲣⲓϩ̀ⲙⲟⲧ ⲛⲁⲛ ̀ⲙⲡⲓⲭⲱ ̀ⲉⲃⲟⲗ ̀ⲛⲧⲉ ⲛⲉⲛⲛⲟⲃⲓ.	بشـــفاعات والـــدة الإلـــه القديسة مريم، يارب انعم لنا بمغفرة خطايانا.
Ⲧⲉⲛⲟⲩⲱϣⲧ ̀ⲙⲙⲟⲕ ̀ⲱ Ⲡⲭ̅ⲥ̅ : ⲛⲉⲙ Ⲡⲉⲕⲓⲱⲧ ̀ⲛⲁ̀ⲅⲁⲑⲟⲥ ⲛⲉⲙ Ⲡⲓⲡ̅ⲛ̅ⲁ ⲉⲑⲟⲩ : ϫⲉ ⲁⲕⲓ̀ ⲁⲕⲥⲱϯ ̀ⲙⲙⲟⲛ .	نسجد لك أيها المسيح، مع أبيك الصالح والروح القدس، لأنك أتيت وخلصتنا.
`Ⲉⲗⲉⲟⲥ ̀ⲓⲣⲏⲛⲏⲥ ⲑⲩⲥⲓⲁ̀ ̀ⲉⲛⲉⲥⲉⲱⲥ.	رحمة السلام ذبيحة التسبيح.

الأسبوع الثاني من شـهر هاتور

لحن : `Ⲁⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ

`Ⲁⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ : ⲧⲟⲛ ⲑⲁⲛⲁⲧⲟⲛ ⲥⲟⲩ Ⲕⲩⲣⲓⲉ̀ ⲕⲁⲧⲁⲅⲅⲉⲗⲗⲟⲙⲉⲛ : ⲕⲉ ⲧⲏⲛ ⲁ̀ⲅⲓⲁⲛ ⲥⲟⲩ ⲁ̀ⲛⲁⲥⲧⲁⲥⲓⲛ	آمــين آمــين آمــين بموتــك يـــــارب نُبشِّـــــر وبقيامتـــــك المقدسة

الأسبوع الثالث من شـهر هاتور

تكملة لحن : `Ⲁⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ

Ⲕⲉ ⲧⲏⲛ ⲁⲛⲁⲗⲏⲯⲓⲛ ⲥⲟⲩ ̀ⲛⲧⲏⲥ ⲟⲩⲣⲁⲛⲓⲥ ⲥⲟⲩ ̀ⲟⲙⲟⲗⲟⲅⲟⲩⲙⲉⲛ .	وصـــعودك إلـــى الســـموات نعترف.

الأسبوع الرابع من شـهر هاتور

تكملة لحن : `Ⲁⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ ⲁ̀ⲙⲏⲛ

Ⲥⲉ ̀ⲉⲛⲟⲩⲙⲉⲛ ⲥⲉ ⲉⲩⲗⲟⲅⲟⲩⲙⲉⲛ ⲥⲉ ⲉⲩⲭⲁⲣⲓⲥⲧⲟⲩⲙⲉⲛ Ⲕⲩⲣⲓⲉ̀ : ⲕⲉ Ⲇⲉⲟⲙⲉⲑⲁ ⲥⲟⲩ ̀ⲟ Ⲑⲉⲟⲥ ̀ⲏⲙⲱⲛ .	نســـبِّحُك نباركُـــك نَشـــكُرك يــــارب، ونتضـــرع إليـــك يــــا إلهنـا.

شهر كيهك

الأسبوع الأول من شهر كيهك

Ⲧⲉⲛϯ ⲛⲉ ⲙ̀ⲡⲓⲭⲉⲣⲉⲧⲓⲥⲙⲟⲥ : ⲛⲉⲙ Ⲅⲁⲃⲣⲓⲏⲗ ⲡⲓⲁⲅⲅⲉⲗⲟⲥ : ϫⲉ ⲭⲉⲣⲉ ⲕⲉⲭⲁⲣⲓⲧⲱⲙⲉⲛⲏ : ⲟ̀ Ⲕⲩⲣⲓⲟⲥ ⲙⲉⲧⲁⲥⲟⲩ.

نُعطيكِ السلام: مع غبريال الملاك قائلين: السلام لكِ يا ممتلئة نعمة: الرَّبُّ مَعكِ.

الأسبوع الثاني من شهر كيهك

Ⲧⲉⲛϭⲓⲥⲓ ⲙ̀ⲙⲟ ϧⲉⲛ ⲟⲩⲉⲙ̀ⲡϣⲁ : ⲛⲉⲙ Ⲉ̀ⲗⲓⲥⲁⲃⲉⲧ ⲧⲉⲥⲩⲅⲅⲉⲛⲏⲥ ϫⲉ ⲧⲉ̀ⲥⲙⲁⲣⲱⲟⲩⲧ ⲛ̀ⲑⲟ ϧⲉⲛ ⲛⲓϩⲓⲟⲙⲓ : ϥ̀ⲥⲙⲁⲣⲱⲟⲩⲧ ⲛ̀ϫⲉ ⲡ̀ⲟⲩⲧⲁϩ ⲛ̀ⲧⲉ ⲧⲉⲛⲉϫⲓ.

نرفعك باستحقاق: مع أليصابات نسيبتكِ: مباركة أنتِ في النساء: ومُباركة هي ثمرة بطنك.

الأسبوع الثالث من شهر كيهك

Ⲉⲑⲃⲉ ⲫⲁⲓ ⲧⲉⲛϯⲱ̀ⲟⲩ ⲛⲉ : ϩⲱⲥ ⲑⲉⲟ̀ⲧⲟⲕⲟⲥ ⲛ̀ⲥⲛⲟⲩ ⲛⲓⲃⲉⲛ : ⲙⲁϯϩⲟ ⲉ̀Ⲡⲟ̅ⲥ̅ ⲉ̀ϩⲣⲏⲓ ⲉ̀ϫⲱⲛ : ⲛ̀ⲧⲉϥⲭⲁ ⲛⲉⲛⲛⲟⲃⲓ ⲛⲁⲛ ⲉ̀ⲃⲟⲗ.

من أجل هذا نُمجِّدكِ: كوالدة الإله كل حين: اسألي الرب عنّا: ليغفر لنا خطايانا.

الأسبوع الرابع من شهر كيهك

مرد إنجيل عيد الميلاد

Ⲁ̅ⲗ̅ (4) : Ⲓ̅ⲏ̅ⲥ̅ Ⲡⲭ̅ⲥ̅ ̀Ⲡϣⲏⲣⲓ ⲙ̀Ⲫϯ : ⲫⲏⲉⲧⲁⲩⲙⲁⲥϥ ϧⲉⲛ Ⲃⲏⲑⲗⲉⲉⲙ.

Ⲫⲁⲓ ⲉ̀ⲣⲉ ⲡⲓⲱ̀ⲟⲩ ⲉⲣ̀ⲡⲣⲉⲡⲓ ⲛⲁϥ : ⲛⲉⲙ Ⲡⲉϥⲓⲱⲧ ⲛ̀ⲁ̀ⲅⲁⲑⲟⲥ : ⲛⲉⲙ Ⲡⲓⲡ̅ⲛ̅ⲁ̅ ⲉⲑⲩ : ⲓⲥϫⲉⲛ ϯⲛⲟⲩ ⲛⲉⲙ ϣⲁ ⲉ̀ⲛⲉϩ.

هلليلويا (٤)، يسوع المسيح ابن اللّه الذي وُلِدَ في بيت لحم.

هذا الذي ينبغي له المجد، مع أبيه الصالح، والروح القدس، من الآن وإلى الأبد.

شهـر طوبى

الأسبوع الأول من شهر طوبى

مرد الإنجيل في عيد الختان (٦ طوبى)

الليلويا (٤ مرات): يسوع المسيح ابن اللَّه: قَبِل إليه الختان.	ⲁⲗ ⲁⲗ ⲁⲗ ⲁⲗ : Ⲓⲏⲥ Ⲡⲭⲥ `Ⲡϣⲏⲣⲓ ⲙ̀-`Ⲫⲛⲟⲩϯ : ⲁϥϣⲱⲡ ⲉ̀ⲣⲟϥ ⲙ̀ⲡⲓⲥⲉⲃⲓ.

الأسبوع الثاني من شهر طوبى

مرد إنجيل عيد الغطاس (١١ طوبى)

الليلويا (٤ مرات): يسوع المسيح ابن اللَّه: اعتمد في الأردن.	ⲁⲗ ⲁⲗ ⲁⲗ ⲁⲗ : Ⲓⲏⲥ Ⲡⲭⲥ `Ⲡϣⲏⲣⲓ ⲙ̀-`Ⲫⲛⲟⲩϯ : ⲁϥϭⲓⲱⲙⲥ ϧⲉⲛ ⲡⲓⲒⲟⲣⲇⲁⲛⲏⲥ.

الأسبوع الثالث من شهر طوبى

مرد إنجيل عيد عرس قانا الجليل (١٣ طوبى)

الليلويا (٤): يسوع المسيح ابن اللَّه: بارك المياه فصيّرها خمراً.	ⲁⲗ (4) : Ⲓⲏⲥ Ⲡⲭⲥ `Ⲡϣⲏⲣⲓ ⲙ̀Ⲫϯ : ⲁϥⲥ̀ⲙⲟⲩ ⲉ̀ⲛⲓⲙⲱⲟⲩ ⲁϥⲁⲓⲧⲟⲩ ⲛ̀ⲏⲣⲡ.

الأسبوع الرابع من شهر طوبى

مرد إنجيل قداس يوم الاثنين من صوم يونان

يا الذي حفظ يونان، في بطن الحوت، لمّا أُلقي في عمق البحر، احفظنا بقوتك.	Ⲱ̀ ⲫⲏⲉⲧϥⲁ̀ⲣⲉϩ ⲉ̀Ⲓⲱⲛⲁⲥ : ⲁϥⲭⲏ ϧⲉⲛ ⲑ̀ⲛⲉϫⲓ ⲙ̀ⲡⲓⲕⲏⲧⲟⲥ : ⲉ̀ⲧⲁϥϩⲓⲧϥ ⲉ̀ⲡϣⲱⲕ ⲙ̀ⲫⲓⲟⲙ : ⲁ̀ⲣⲉϩ ⲉ̀ⲣⲟⲛ ⲕⲁⲧⲁ ⲧⲉⲕϫⲟⲙ.

شهــر أمشيـر

الأسبوع الأول من شـهر أمشـير

مرد الإنجيل (في آحـاد الصـوم الكبيـر)

Ϫⲉ Ⲡⲉⲛⲓⲱⲧ ⲉⲧϧⲉⲛ ⲛⲓⲫⲏⲟⲩⲓ̀ : ⲙⲁⲣⲉϥⲧⲟⲩⲃⲟ ⲛ̀ϫⲉ Ⲡⲉⲕⲣⲁⲛ : ⲙⲁⲣⲉⲥⲓ̀ ⲛ̀ϫⲉ ⲧⲉⲕⲙⲉⲧⲟⲩⲣⲟ : ϫⲉ ⲫⲱⲕ ⲡⲉ ⲡⲓⲱⲟⲩ ϣⲁ ⲛⲓⲉ̀ⲛⲉϩ.	أبانا الذي في السموات، ليتقدس اسـمك، ليـأتِ ملكوتـك؛ لأن لـك المجـد إلـى الآباد.

الأسبوع الثـاني من شـهر أمشـير

لحن: Ⲙⲉϥⲥⲉⲛϯ

(في قداسـات أيـام الصـوم المقدس بعد (Ⲥⲱⲑⲏⲥ))

Ⲙⲉϥⲥⲉⲛϯ ϧⲉⲛ ⲛⲓⲧⲱⲟⲩ ⲉ̅ⲑ̅ⲟ̅ⲩ̅ : ⲁ̀ Ⲡ̅ⲟ̅ⲥ̅ ⲙⲉⲓ ⲛ̀ⲛⲓⲡⲩⲗⲏ ⲛ̀ⲧⲉ Ⲥⲓⲱⲛ : ⲉ̀ϩⲟⲧⲉ ⲛⲓⲙⲁ̀ⲛ̀ϣⲱⲡⲓ ⲧⲏⲣⲟⲩ ⲛ̀ⲧⲉ Ⲓⲁⲕⲱⲃ.	أساساته في الجبال المقدسة، أحبَّ الرب أبواب صهيون، أفضل من جميع مساكن يعقوب.

الأسبوع الثـالث من شـهر أمشـير

تكملة لحن: Ⲙⲉϥⲥⲉⲛϯ

Ⲁⲩⲥⲁϫⲓ ⲉⲑⲃⲏϯ ⲛ̀ϩⲁⲛ̀ϩⲃⲏⲟⲩⲓ̀ ⲉⲩⲧⲁⲓⲏⲟⲩⲧ ϯⲃⲁⲕⲓ ⲛ̀ⲧⲉ Ⲫϯ. ⲁ̅ⲗ̅.	أعمال مجيدة قد قيلت عنكِ يا مدينة اللّـه. هلليلويا.

الأسبوع الرابـع من شـهر أمشـير

تكملة لحن: Ⲙⲉϥⲥⲉⲛϯ

Ⲥⲓⲱⲛ ϯⲙⲁⲩ ⲛⲁϫⲟⲥ ϫⲉ ⲟⲩⲣⲱⲙⲓ : ⲛⲉⲙ ⲟⲩⲣⲱⲙⲓ ⲁϥϣⲱⲡⲓ ⲛ̀ϧⲏⲧⲥ ⲟⲩⲟϩ ⲛ̀ⲑⲟϥ ⲡⲉⲧϭⲟⲥⲓ ⲁϥϩⲓⲥⲉⲛϯ ⲙ̀ⲙⲟⲥ ϣⲁ ⲉ̀ⲛⲉϩ. ⲁ̅ⲗ̅.	صـهيون الأم تقـول إن إنسـاناً وإنساناً صار فيها، وهو العلي الذي أسّسها إلى الأبد هلليلويا.

٣. المحفوظات



شهر توت

مزامير صلاة الساعة الثالثة

﴿ المزمور التاسع عشر ﴾

يَستَجيبُ لكَ الرَّبُّ في يومِ شِدَّتِكَ. يَنْصُرُكَ اسْمُ إلَـهِ يعقوبَ. يُرْسِلُ لكَ عَوْناً مِنْ قُدْسِهِ، ومِنْ صِهْيَوْنَ يَعْضُدُكَ. يَذكُرُ جَميعَ ذَبائِحِكَ، وَيَستَسمِنُ مُحرَقاتِكَ.

يُعطِيكَ الرَّبُّ حَسَبَ قلْبِكَ، ويُتَمِّمُ كُلَّ مَشورَتِكَ. نَعتَرِفُ لكَ ياربُّ بخَلاصِكَ، وبِاسْمِ إلَهِنَا نَنْمو. يُكَمِّلُ الرَّبُّ كُلَّ سُؤلِكَ.

الآنَ عَلِمْتُ أنَّ الرَّبَّ قَدْ خَلَّصَ مَسِيحَهُ، واسْتجابَ لهُ مِنْ سَماءِ قُدْسِهِ، بجَبَرُوتِ خَلاصِ يَمينِهِ. هؤلاءِ بمركَباتٍ، وهؤلاءِ بخَيلٍ، ونحنُ بِاسْمِ الرَّبِّ إلهِنا نَنْمو. هُمْ عَثَرُوا وسَقَطوا، ونحْنُ قُمْنا واسْتَقمْنا. ياربُّ خَلِّصْ مَلِكَكَ، واسْتَجِبْ لنا يومَ نَدعوكَ. هلِّلويا

﴿ المزمور الثاني والعشرون ﴾

الرَّبُّ يَرعاني فلا يُعوِزُني شَيءٌ. في مَراعٍ خُضْرٍ يُسْكِنُني. على ماءِ الرَّاحَةِ يُورِدُني. يَرُدُّ نَفْسِي. يَهدِيني إلى سُبُلِ البِرِّ مِنْ أجْلِ اسْمِهِ. إنْ سَلَكْتُ في وَسَطِ ظِلالِ المَوتِ، فلا أخَافُ شرّاً، لأنَّكَ أنتَ مَعي. عَصَاكَ وعُكَّازُكَ هُمَا يُعَزِّيانِني. هَيأتَ قُدَّامِي مائِدَةً تُجَاهَ مُضايِقِيَّ. مَسَحْتَ بالزَّيْتِ رَأسِي، وكَأسُكَ رَوَتْني مِثْلَ الصِّرفِ، ورَحْمَتُكَ تُدرِكُني جَميعَ أيَّامِ حَيَاتِي، ومَسْكَني في بَيْتِ الرَّبِّ مَدَى الأيامِ. هلِّلويا

﴿ المزمور الثالث والعشرون ﴾

للرَّبِّ الأرْضُ ومِلؤُهَا. المَسْكُونَةُ، وجَميعُ السَّاكِنِينَ فيها. هو على البِحارِ أسَّسَهَا، وعلى الأنهَارِ هَيَّأهَا.

مَنْ يَصْعَدُ إلى جَبَلِ الرَّبِّ ؟ أو مَنْ يَقوُمُ في مَوضِعِ قُدْسِهِ ؟ الطَّاهِرُ اليَدَيْنِ، النَّقِيُّ القَلْبِ، الذي لمْ يَحمِلْ نَفْسَهُ إلى البَاطِلِ، ولمْ يَحْلِفْ بالغِشِّ. هذا يَنالُ بركةً مِنَ الرَّبِّ، ورَحْمَةً مِنَ اللَّهِ مُخَلِّصِهِ. هذا هو جيلُ الذينَ يَطْلُبونَ الرَّبَّ ويَبتَغونَ وَجْهَ إلَهِ يَعقوبَ.

اِرفَعوا أيُّها الرُّؤَساءُ أبْوابَكُمْ، وارْتَفِعي أيَّتُها الأبْوابُ الدَّهرِيَّةُ، فَيَدْخُلَ مَلِكُ المَجْدِ. مَنْ هوَ هذا مَلِكُ المَجْدِ؟ الرَّبُّ العزيزُ القَدِيرُ، الرَّبُّ القويُّ في الحُروبِ. اِرْفَعوا أيُّهَا الرُّؤَساءُ أبْوابَكُمْ، وارْتَفِعي أيَّتُها الأبْوابُ الدَّهرِيَّةُ، فَيَدْخُلَ مَلِكُ المَجْدِ. مَنْ هوَ هذا مَلِكُ المَجْدِ ؟ رَبُّ القوَّاتِ، هذا هوَ مَلِكُ المَجْدِ. هلِّلويا

شهر بابة

تابع مزامير صلاة الساعة الثالثة

﴿ المزمور الخامس والعشرون ﴾

احكُمْ لي ياربُّ فإنِّي بِدِعَتي سَلَكْتُ، وعلى الرَّبِّ تَوكَّلْتُ فلا أضْعَفُ. أبْلنِي ياربُّ وجَرِّبْنِي. نَقِّ قَلْبِي وكُلْيَتيَّ؛ لأنَّ رَحْمَتَكَ أمامَ عَيْنَيَّ هيَ، وقَدْ أَرْضَيْتُكَ بِحَقِّكَ. لمْ أجْلِسْ معَ مَحْفَلٍ باطِلٍ، ومعَ مُخالِفِي النَّاموسِ لمْ أدْخُلْ. أبْغَضْتُ مَجْمَعَ الأشْرارِ، ومعَ المُنافِقينَ لمْ أجْلِسْ. أغْسِلُ يَدَيَّ بالنَّقاوةِ، وأطُوفُ بِمذْبَحِكَ ياربُّ، لأسْمَعَ صوتَ تسْبِحتِكَ، وأنْطِقَ بجَمِيعِ عَجَائِبِكَ. ياربُّ، أحْبَبْتُ جَمالَ بَيتِكَ ومَوْضِعَ مَسْكَنِ مَجْدِكَ.

فَلا تُهلِكْ معَ المُنافِقِينَ نَفْسِي، ولا معَ رِجالِ الدِّماءِ حيَاتي. الذينَ في أيْدِيهِم الإثمُ، يَمينُهُم امتلأتْ رِشْوَةً. أمَّا أنا فَبِدِعَتِي سَلَكْتُ. أنْقِذْنِي وارْحَمْنِي؛ لأنَّ رِجْلِي وَقَفَتْ في الاسْتِقامَةِ. في الجَماعَاتِ أُبارِكُكَ يارَبُّ. هلِّلويا

﴿ المزمور الثامن والعشرون ﴾

قَدِّموا للرَّبِّ يا أبْناءَ اللَّهِ، قدِّمُوا للرَّبِّ أبناءَ الكِباشِ، قَدِّمُوا للرَّبِّ مَجْداً وكرامةً. قَدِّمُوا للرَّبِّ مجداً لاسمِهِ، اسْجُدُوا للرَّبِّ في دارِ قُدْسِهِ.

صَوْتُ الرَّبِّ على المياهِ، إلَـهُ المَجْدِ أَرْعَدَ، الرَّبُّ على المياهِ الكَثيرَةِ. صَوْتُ الرَّبِّ بقوَّةٍ، صَوْتُ الرَّبِّ بجَلالٍ عَظيمٍ. صَوْتُ الرَّبِّ يُحطِّمُ الأَرْزَ. الرَّبُّ يُكَسِّرُ أَرْزَ لُبْنانَ، ويَسْحَقُهَا مِثْلَ عِجلِ لُبنانَ، والمَحْبوبَ مِثْلَ ابْنِ وَحِيدِ القَرْنِ. صَوتُ الرَّبِّ يقْطَعُ لَهِيبَ النَّارِ. صَوْتُ الرَّبِّ يُزلْزِلُ القَفْرَ، الرَّبُّ يُزلْزِلُ بَرِّيةَ قَادِشَ. صَوْتُ الرَّبِّ يُرتِّبُ الأيائِلَ ويَكشِفُ الغاباتِ، وفي هَيكَلِهِ المُقدَّسِ كُلُّ واحِدٍ يَنطِقُ بالمَجْدِ. الرَّبُّ يَسكُنُ في الطُّوفانِ. الرَّبُّ يَجْلِسُ مَلِكاً إلى الأبَدِ. الرَّبُّ يُعطِي شَعْبَهُ قوَّةً. الرَّبُّ يُبَارِكُ شَعبَهُ بالسَّلامِ. هلِّلويا

﴿ المزمور التاسع والعشرون ﴾

أُعَظِّمُكَ ياربُّ لأنَّكَ احْتَضَنْتَنِي، ولمْ تُشْمِتْ بِي أعدَائِي. أيُّها الرَّبُّ إلهِي صَرختُ إليْكَ فَشَفَيْتَنِي. ياربُّ، أَصْعَدْتَ مِنَ الجَحيم نَفسِي، وخَلَّصْتَنِي مِنَ الهَابِطينَ في الجُبِّ. رَتِّلوا للرَّبِّ يا جَميعَ قِدِّيسيهِ، واعترِفوا لِذِكْرِ قُدْسِهِ؛ لأنَّ سَخَطاً في غَضَبِهِ، وحياةً في رِضَاهُ. في العَشاءِ يَحِلُّ البُكاءُ، وفي الصَّباحِ السُّرورُ.

أنا قُلْتُ في نَعيمِي: لا أَتَزَعْزَعُ إلى الدَّهرِ. ياربُّ، بِمَسَرَّتِكَ أَعْطَيتَ جَمالي قُوَّةً. صَرَفْتَ وجْهَكَ عَنِّي فَصِرْتُ قَلِقاً. إليكَ ياربُّ أَصرُخُ، وإلى إلهِي أَتَضرَّعُ. أيَّةُ مَنْفَعةٍ في دَمِي إذا هَبَطْتُ إلى الجَحِيم ؟ هَلْ يَعتَرِفُ لكَ التُّرَابُ أو يُخبِرُ بِحَقِّكَ ؟ سَمِعَ الرَّبُّ فرَحِمَنِي. الرَّبُّ صَارَ لي عَوْناً. حَوَّلْتَ نَوْحِي إلى فَرَحٍ لي. مَزَّقتَ مِسْحِي ومَنْطَقَتَنِي سروراً، لِكي يُرَتِّلَ لكَ مَجْدِي ولا يَحزَنَ قَلبِي. أيُّها الرَّبُّ إلهِي، إلى الأبدِ أَعترِفُ لكَ. هلِّلويا

تابع مزامير صلاة الساعة الثالثة ﴿ المزمور الثالث والثلاثون ﴾

أُبارِكُ الرَّبَّ في كُلِّ وقتٍ، وفي كُلِّ حينٍ تَسبِحَتُهُ في فَمِي. بالرَّبِّ تَفتَخِرُ نَفْسِي. لِيَسْمَعِ الوُدَعَاءُ ويَفرَحُوا. عَظِّمُوا الرَّبَّ مَعِي، لِنَرفَعْ اسْمَهُ جَميعاً. طَلَبتُ إلى الرَّبِّ فاستجابَ لي، ومِنْ جَميع مَخَاوِفِي نَجَّانِي. تَقدَّمُوا إليهِ واسْتَنيرُوا، ووجُوهُكُم لا تَخْزَى. هذا المِسْكِينُ صَرَخَ فاستَمَعَهُ الرَّبُّ، ومِنْ جَميعِ أحْزانِهِ خَلَّصَهُ. يُعَسْكِرُ ملاكُ الرَّبِّ حَولَ كُلِّ خَائِفِيهِ ويُنَجِّيهِمْ. ذوقُوا وانظُرُوا ما أَطيَبَ الرَّبَّ! طوبَى للإنْسانِ المُتَّكِلِ عَلَيهِ. اتَّقُوا الرَّبَّ يا جَمِيعَ قِدِّيسِيهِ، فإنَّ الذينَ يَتَّقُونَهُ لا يُعوزُهُمْ شيءٌ. الأغْنياءُ افْتَقَروا وجَاعوا، أمَّا الذينَ يبتَغونَ الرَّبَّ فلا يُعْدَمُونَ خَيراً. هَلُمَّ أيُّها البَنُونَ اسْتَمِعُوا لي فأُعَلِّمَكُم مَخَافَةَ الرَّبِّ. مَنْ هُوَ الإنسانُ الذي يَهْوَى الحياةَ، ويُحِبُّ أنْ يَرَى أيَّاماً صَالِحَةً ؟ صُنْ لِسَانَكَ عَنِ الشَّرِّ، وشَفَتَيْكَ عَنِ النُّطْقِ بِالغِشِّ. حِدْ عَنِ الشَّرِّ واصْنَعِ الخَيرَ. اطلُبِ السَّلامةَ واتبَعْها؛ فإنَّ عَيْنَي الرَّبِّ على الصِّدِّيقينَ، وأُذُنَيهِ مُصْغِيَتانِ إلى طِلْبَتِهِمْ. وَجْهُ الرَّبِّ ضِدُّ صَانِعِي الشَّرِّ، لِيَمْحُوَ مِنَ الأرضِ ذِكْرَهُمْ. الصِّدِّيقونَ صَرَخوا والرَّبُّ اسْتَجابَ لَهُمْ، ومِنْ جميعِ شَدَائِدِهِمْ نجَّاهُمْ. قَرِيبٌ هو الرَّبُّ مِنَ المُنسَحِقِي القَلْبِ، ويُخَلِّصُ المُتواضِعِينَ بالرُّوحِ. كثيرةٌ هيَ أحْزانُ الصِّدِّيقينَ، ومِنْ جَميعِهَا يُنَجِّيهِمِ الرَّبُّ. يَحفَظُ الرَّبُّ جَميعَ عظامِهِمْ، وواحِدةٌ منها لا تنكسِرُ. يَموتُ الخُطاةُ بِشَرِّهِم وَمُبْغِضُو الصِّدِّيقِ يَندَمونَ. الرَّبُّ يُنقِذُ نُفوسَ عَبيدِهِ، ولا يَنْدَمُ جَميعُ المُتَّكِلينَ عَليهِ. هلِّلويا

﴿ المزمور الأربعون ﴾

طوبَى لِمَنْ يَتَفهَّمُ في أمْرِ المِسْكِينِ والفَقِيرِ، في يَومِ الشَّرِّ يُنَجِّيهِ الرَّبُّ. الرَّبُّ يَحْفَظُهُ ويُحْيِيهِ، ويَجعَلُهُ في الأرضِ مَغْبُوطاً، ولا يُسَلِّمُهُ لأيدِي أعدَائِهِ. الرَّبُّ يُعينُهُ على سريرِ وَجَعِهِ. إنَّكَ رَتَّبْتَ مَضْجَعَهُ كُلَّهُ في مَرَضِهِ.

أنا قُلتُ: ياربُّ ارْحَمْني. اشْفِ نَفْسِي لأنِّي قَدْ أخْطَأتُ إليْكَ. أعدَائي تَقَوَّلوا عليَّ شَرّاً: مَتَى يَمُوتُ ويُبادُ اسْمُهُ ؟ الذي دَخَلَ لِيَرَانِي كانَ يتكلَّمُ بالرِّياءِ، وقَلْبُهُ يُضْمِرُ لهُ شرّاً، ثم كانَ يَخرُجُ خارِجاً ويتكلَّم عليَّ. تَدَمْدَمَ عليَّ جميعُ أعدَائِي، وتشاوَروا عليَّ بالسّوءِ، وكلاماً مُخالِفاً للناموسِ رَتَّبوا عليَّ. قالوا: ألا يَعودَ الرَّاقِدُ أنْ يقومَ؟ وإنَّ إنسانَ سلامَتِي، الذي وَثِقتُ بهِ، الذي أكلَ خُبْزِي، رَفَعَ عَليَّ عَقِبَهُ.

وأنتَ ياربُّ ارْحَمنِي وأَقِمْنِي، فَأُجَازِيَهُمْ. بهذا عَلِمْتُ أنَّكَ هويْتَني؛ لأنَّ عَدُوِّي لنْ يُسَرَّ بي. أمَّا أنا فمِنْ أجْلِ دِعَتِي قَبِلتَني، وثبَّتَني أمَامَكَ إلى الأبَدِ. مُبَارَكٌ الرَّبُّ إلَهُ إسْرائيلَ، مِنَ الأزَلِ وإلى الأبدِ. يَكونُ. هلِّلويا

﴿ المزمور الثاني والأربعون ﴾

احكُمْ لي ياربُّ، وانتَقِمْ لمَظلَمَتِي مِنْ أُمةٍ غيرَ بارةٍ، ومِنْ إنْسانٍ ظالِمٍ وغاشٍّ نَجِّنِي؛ لأنَّكَ أنتَ هو إلهِي وقوَّتِي. لمَاذا أقْصَيْتَني ؟ ولماذا أسْلُكُ كئيباً مِنْ مُضايَقةِ عدُوِّي ؟ أَرْسِلْ نُورَكَ وحَقَّكَ، فإنَّهما يَهْدِيَانَني ويُصعِدانَني إلى جَبَلِكَ المُقدَّسِ، وإلى مَسْكَنِكَ، فأدْخُلُ إلى مَذبَحِ اللَّهِ، تُجاهَ وجْهِ اللَّهِ الذي يُفرِّحُ شَبابِي. أعتَرِفُ لكَ بالقيثارةِ يا اللَّهُ إلَهي. لمَاذا أنتِ حَزينةٌ يا نَفسِي ؟ ولمَاذا تُزعِجِينَني ؟ تَوكَّلِي على اللَّهِ فإنِّي أعتَرِفُ لهُ، خَلاصُ وَجْهِي هو إلهِي. هلِّلويا

شهر كيهك

تابع مزامير صلاة الساعة الثالثة ﴿ المزمور الرابع والأربعون ﴾

فَاضَ قَلبِي كَلِمةً صَالِحَةً. إنِّي أُخْبِرُ المَلِكَ بأفْعَالِي. لِسَاني قَلَمُ كاتِبٍ ماهِرٍ. إنَّكَ أبْرَعُ جَمالاً مِنْ بَني البَشَرِ، وقَدِ انسَكبتِ النِّعْمَةُ على شَفَتيكَ، فلذلكَ بَارَكَكَ اللَّهُ إلى الدَّهرِ. تَقلَّدْ سَيْفَكَ على فَخْذِكَ أيُّهَا القويُّ بجَلالِكَ وجَمالِكَ. استلَّهُ وانجَحْ وامْلِكْ. مِنْ أجْلِ الحَقِّ والدَّعَةِ والعَدلِ، وتَهْدِيكَ بالعَجَبِ يَمينُكَ. نَبْلُكَ مسْنُونةٌ في قَلْبِ أعْدَاءِ المَلِكِ أيُّها الجَبَّارُ، الشُّعوبُ تَحْتَكَ يَسْقُطُونَ.

كُرْسِيُّكَ يا اللَّهُ إلى دَهرِ الدُّهورِ. قَضِيبُ الاسْتِقامَةِ هو قَضِيبُ مُلْكِكَ؛ لأنَّكَ أحبَبتَ البِرَّ وأَبغَضْتَ الإثمَ. مِنْ أجْلِ هذا مَسَحَكَ اللَّهُ إلهُكَ بزيتِ البَهْجةِ أفْضَلَ مِنْ رُفَقائِكَ. المُرُّ والمَيْعَةُ والسَّليخَةُ مِنْ ثيابِكَ، مِنَ المنازِلِ الشَّرِيفةِ العاجِ التي أبْهَجَتْكَ، بناتُ المُلوكِ مِنْ كرامَتِكَ. قامَتِ المَلِكَةُ عَن يَمينِكَ بثَوبٍ مُوَشًّى بالذَّهَبِ، مُزيَّنَةٌ بأنواعٍ كثيرةٍ. اِسمَعِي يا ابْنتِي وانظرِي وأَمِيلِي أُذُنَكِ، وانْسَيْ شَعبَكِ وبَيتَ أَبيكِ، فإنَّ المَلِكَ قَدْ اشتهَى حُسْنَكِ، لأنهُ هو ربُّكِ ولهُ تَسجُدينَ. ولهُ تَسجُدُ بَناتُ صُورَ بالهدَايَا، ويَتَلَقَّى وجْهَهُ أغْنياءُ شَعْبِ الأرْضِ.

كُلُّ مَجْدِ ابنَةِ المَلِكِ مِنْ دَاخِلٍ. مُشْتَمِلَةٌ بأطْرافٍ موشَّاةٍ بالذَّهَبِ، مُتَزيِّنةٍ بأشْكالٍ كَثيرةٍ. تَدخُلُ إلى المَلِكِ عَذارَى في إثرِها، جميعُ قريباتِها إليهِ يُقدَّمْنَ. يَبْلُغْنَ بفرحٍ وابتِهاجٍ، يَدْخُلنَ إلى هيكلِ المَلِكِ. ويكونُ لكَ أبناءٌ عِوَضاً عن آبائِكَ، تُقيمُهُمْ رؤَسَاءَ على سائرِ الأرضِ. ويذكُرونَ اسْمَكَ جِيلاً بعدَ جِيلٍ. مِنْ أجْلِ ذَلكَ تَعْتَرِفُ لكَ الشُّعوبُ يا اللَّهُ إلى الدَّهرِ، وإلى دَهرِ الدُّهورِ. هلِّلويا

﴿ المزمور الخامس والأربعون ﴾

إلهُنا مَلجَأُنا وقُوَّتُنا، ومُعينُنا في شَدائِدِنا التي أصَابَتْنا جِدّاً. لذلِكَ لا نَخْشَى إذا تَزَعْزَعَتِ الأرْضُ، وانقلَبتِ الجِبالُ إلى قلْبِ البِحارِ. تَعِجُّ المياهُ وتَجِيشُ، وتَتزَعْزَعُ الجِبالُ بعِزَّتِهِ.

مَجاري الأنهار تُفَرِّحُ مَدينةَ اللَّهِ. لقدْ قَدَّسَ العَليُّ مَسْكَنَهُ، واللَّهُ وَسْطَهَا فلنْ تَتزَعْزَعَ. يُعِينُ اللَّهُ وجْهَهَا. اضطَرَبتِ الأُمَمُ، ومَاجَتِ المَمَالِكُ. أبْدَى صَوتَهُ فَتَزلزَلتِ الأرْضُ. الرَّبُّ إلهُ القُوَّاتِ مَعنَا، ناصِرُنا هو إلَهُ يعقوبَ. هَلمَّ فانظُروا أعْمالَ الرَّبِّ، التي جَعلَها آياتٍ على الأرْضِ. الذي يَرفَعُ الحروبَ مِنْ أقاصِي الأرْضِ. يَسْحَقُ قِسِيَّهُم، ويَكسِرُ سِلاحَهُم، ويَحْرِقُ أَتراسَهُم بالنَّارِ. ثابِروا واعْلَمُوا أنِّي أنا هو اللَّهُ. أرتَفِعُ بينَ الأُمَمِ، وأتعالَى في الأرْضِ. الرَّبُّ إلهُ القوَّاتِ مَعَنَا، ناصِرُنا هو إلهُ يعقوبَ. هلِّلويا

﴿ المزمور السادس والأربعون ﴾

يا جَميعَ الأُمَمِ صَفِّقوا بأيْدِيكُمْ. هلِّلوا للَّهِ بصَوْتِ الابتِهاجِ؛ لأنَّ الرَّبَّ عالٍ ومَرْهوبٌ. مَلِكٌ كبيرٌ على كَافَةِ الأرْضِ. أخضَعَ الشُّعوبَ لنا، والأُمَمَ تحتَ أقدَامِنَا. اختارَنَا مِيراثاً لهُ، جَمالَ يعقوبَ الذي أحَبَّهُ.

صَعِدَ اللَّهُ بتهليلٍ، والرَّبُّ بصوْتِ البُوقِ. رَتِّلوا لإلهِنا رَتِّلوا، رَتِّلوا لِمَلِكِنَا رَتِّلوا؛ لأنَّ الرَّبَّ هو مَلِكُ الأرْضِ كُلِّها. رَتِّلوا بفَهْمٍ، فإنَّ الرَّبَّ مَلَكَ على جَميعِ الأُمَمِ. اللَّهُ جَلَسَ على كُرسِيِّهِ المُقدَّسِ. رؤساءُ الشُّعوبِ اجتَمَعُوا مع إلَهِ إبراهيمَ؛ لأنَّ أعِزَّاءَ اللَّهِ قَدِ ارتَفَعوا في الأرضِ جدّاً. هلِّلويا

شهر طوبى

مزامير صلاة الساعة السادسة

﴿ المزمور الثالث والخمسون ﴾

اللَّهُمَّ بِاسمِكَ خَلِّصْنِي، وبقُوَّتِكَ احكُمْ لي. استَمِعْ يا اللَّهُ صَلاتي، وأنْصِتْ إلى كَلامِ فَمِي. فإنَّ الغُرَباءَ قَدْ قَامُوا عَليَّ، والأقوياءَ طَلَبُوا نَفْسِي. لمْ يَجعَلُوا اللَّهَ أمَامَهُم.

هُوَذَا اللَّهُ عَونِي، والرَّبُّ ناصِرُ نَفسِي. يرُدُّ الشُّرورَ على أعدَائِي، وبِحَقِّكَ استَأصِلْهُمْ. فأذبَحُ لكَ طائِعاً. وأعتَرِفُ لِاسمكَ ياربُّ فإنَّهُ صَالِحٌ؛ لأنَّكَ مِنْ جميعِ الشَّدائدِ نجَّيْتَنِي، وبِأعدَائِي نَظَرَتْ عَينايَ. هلِّلويا

﴿ المزمور السادس والخمسون ﴾

اِرْحَمْنِي يا اللَّهُ ارْحَمْنِي، فإنَّهُ عليكَ توكَّلَتْ نَفْسِي، وبظِلِّ جَنَاحَيْكَ أَعْتَصِمُ إلى أنْ يَعبُرَ الإثمُ. أصرُخُ إلى اللَّهِ العَلِيِّ، الإلَهِ المُحسنِ إليَّ. أَرسَلَ مِنَ السَّماءِ فخَلَّصنِي، وجَعَلَ العارَ على الذينَ يَطأُونَني. أرْسَلَ اللَّهُ رَحْمَتَهُ وحَقَّهُ، وخَلَّصَ نَفسِي مِنْ بينَ الأشبَالِ، إذْ نِمْتُ مُضطَرِباً. أسنانُ أبناءِ البَشَرِ سِلاحٌ وسِهَامٌ، ولِسَانُهُم سَيفٌ مُرْهَفٌ. اللَّهُمَّ ارْتَفِعْ على السَّمَوَاتِ، وليَرتَفِعْ مَجْدُكَ على سائرِ الأرضِ. نَصَبُوا لِرِجْلَيَّ فِخَاخاً، وأحْنوا نَفسِي. حفَرُوا قُدَّامَ وَجْهِي حُفْرَةً فسَقَطُوا فيها.

مُسْتَعِدٌّ قَلبِي يا اللَّهُ. مُسْتَعِدٌّ قَلبِي. أُسَبِّحُ وأُرَتِّلُ في تَمجيدي. استَيقِظْ يَا مَجدِي، استَيقِظْ أيُّها المزمارُ والقِيثارَةُ. أنا أَستَيقِظُ مُبَكِّراً. أَعترِفُ لكَ في الشُّعوبِ ياربُّ، وأُرَتِّلُ لكَ في الأُمَمِ؛ لأنَّ رَحْمَتَكَ قَدْ عَظُمَتْ إلى السَّمَوَاتِ، وإلى السَّحَابِ عَدلَكَ. اللَّهُمَّ ارتَفِعْ على السَّمَوَاتِ. لِيرتَفِعْ مَجدُكَ على سائرِ الأرْضِ. هلِّلويا

﴿ المزمور الستون ﴾

استَمِعْ يا اللَّهُ طِلْبَتِي، أَصْغِ إلى صَلاتِي. مِنْ أَقَاصِي الأرضِ صَرختُ إليكَ عندَما ضَجرَ قَلبِي. على الصَّخرةِ رَفَعتَنِي وأرشَدْتَنِي. صِرْتَ رَجائِي، وبُرْجاً حَصِيناً في وَجْهِ العَدُوِّ. فأسْكُنُ في مَسْكَنِكَ إلى الدَّهرِ، وأَستَظِلُّ بسِترِ جَنَاحَيْكَ.

لأنَّكَ أنتَ يا اللَّهُ اسْتَمَعتَ صَلَواتِي. أَعْطَيْتَ مِيرَاثاً لخَائِفِي اسْمِكَ. تَزِيدُ المَلِكَ أيَّاماً على أيَّامِهِ، وسِنينَ على سِنِيهِ، إلى جيلٍ فجيلٍ. ويَدومُ إلى الأبَدِ قُدَّامَ اللَّهِ. رَحْمَتَهُ وحَقَّهُ مَنْ يبتَغِيهما. هكذا أُرَتِّلُ لاِسْمِكَ إلى دَهرِ الدُّهورِ، لأفِي نُذُورِي يَوماً فَيَوماً. هلِّلويا

تابع مزامير صلاة الساعة السادسة

« المزمور الثاني والستون »

يا اللَّهُ إلهي إليكَ أُبَكِّرُ؛ لأنَّ نَفْسِي عَطِشَتْ إليكَ، لكي يُزْهِرَ لكَ جَسَدِي في أرْضٍ مُقفرةٍ، وموضعٍ غيرِ مَسلوكٍ، ومَكانٍ بلا مَاءٍ. هكذا ظَهَرْتُ لكَ في القُدْسِ لأرَى قوَّتكَ ومَجْدَكَ.لأنَّ رَحْمَتَكَ أفْضَلُ مِنَ الحياةِ. شَفَتَايَ تُسَبِّحانِكَ. لذلِكَ أُبَارِكُكَ في حَيَاتِي. بِاسْمِكَ أَرْفَعُ يَدَيَّ، فتَشْبَعُ نَفسي كأنَّها مِن شَحمٍ ودَسَمٍ. شِفَاهُ الإبتهاجِ تُبارِكُ اسْمَكَ. كُنتُ أذكُرُكَ على فِرَاشِي، وفي أوقاتِ الأسْحارِ كُنتُ أُرَتِّلُ لكَ، لأنَّكَ صِرتَ لي عَوناً، وبِظِلِّ جَنَاحَيْكَ أَبْتَهِجُ.

اِلتحقَتْ نَفْسِي وراءَكَ، ويَمينُكَ عَضَّدتنِي. أمَّا الذينَ طَلَبوا نَفسِي للهَلاكِ فَيَدْخُلونَ في أَسَافِلِ الأرْضِ، ويُدْفَعُونَ إلى يَدِ السَّيفِ، ويَكونونَ أَنصبةً للثَّعالبِ. أمَّا المَلِكُ فَيَفرَحُ باللَّهِ، ويَفتَخِرُ كُلُّ مَنْ يَحْلِفُ بهِ. لأنَّ أَفوَاهَ المُتَكَلِّمِينَ بِالظُّلمِ تُسَدُّ. هلِّلويا

« المزمور السادس والستون »

لِيَتَرَاءَفِ اللَّهُ عَلينَا ويُبارِكْنَا، وليُظهِرْ وجْهَهُ عَلينَا ويرحَمْنا.

ليُعْرَفَ في الأرْضِ طَرِيقُكَ، وفي جَميعِ الأُمَمِ خَلاَصُكَ. فلتَعتَرِفْ لكَ الشُّعوبُ يا اللَّهُ، فلتَعتَرِفْ لكَ الشُّعوبُ كُلُّها. لِتَفرحِ الأُمَمُ وتَبتهِجْ، لأنَّكَ تَحكُمُ في الشُّعوبِ بالإستِقَامَةِ، وتَهدِي الأُمَمَ في الأرْضِ. فلتَعتَرِفْ لكَ الشُّعوبُ يا اللَّهُ، فلتَعتَرِفْ لكَ الشُّعوبُ جَميعاً. الأرْضُ أعْطَتْ ثمرَتَهَا. فليُبَارِكْنَا اللَّهُ إلهُنَا، ليُبَارِكْنَا اللَّهُ. فلتَخْشَهُ جَميعُ أقطارِ الأرْضِ. هلِّلويا

« المزمور التاسع والستون »

اللَّهُمَّ اِلتَفِتْ إلى مَعُونَتي. ياربُّ أَسْرِعْ وأَعِنِّي. لِيَخْزَ ويَخْجَلْ طَالِبُو نَفسِي. ولِيَرتَدَّ إلى خَلْفٍ ويَخْجَلْ الذينَ يبتَغونَ لي الشَّرَّ. وليَرْجِعْ بالخِزْيِ سَرِيعاً القائلونَ لي: نِعِمَّا نِعِمَّا. وليَبتَهِجْ ويَفرَحْ بِكَ جَميعُ الذينَ يَبتَغونَكَ، وليَقُلْ في كُلِّ حينٍ مُحِبُّو خَلاصِكَ: فليَتَعَظَّمِ الرَّبُّ. وأمَّا أنا فَمِسكينٌ وفَقِيرٌ، اللَّهُمَّ أعِنِّي. أنتَ مُعِينِي ومُخَلِّصِي ياربُّ فلا تُبطِئْ. هلِّلويا

٤. السـلـوكيات

في هذا الجزء

سوف ندرس بعض الموضوعات

التي تتعلّق بالسلوكيـات والآداب العامـة

يجب أن يعـرفها ويتعـرّف عليها المخدوم في هـذه المـرحلـة ...

١ ـ آداب التصرف داخل الكنيسة

أولاً: محبة الكنيسة:

الكنيسة هى بيت اللَّهِ (تك ٢٨: ١٧)، وبيت الصلاة (مر ١١ : ١٧)، وبالتالي على المؤمن أن يأتي إلى الكنيسة بحب واشتياق، وفرح وغبطة، كما يقول صاحب المزامير: "**فرِحتُ بالقائلين لي: إلى بيت الرب نذهب**" (مز ١٢٢: ١). " **مساكنك محبوبة يا ربَ إله القُوّات! تشتاقُ وتذوبُ نفسي للدخول إلى ديارِ الرب**" (مز ٨٤ : ١-٢).

ثانياً: قداسة بيت الربّ:

" **اخلع حذاءك من رجليك، لأن الموضع الذي أنت واقف عليه أرض مُقدّسةٌ** " (خروج ٣ : ٥)، هذا ما قاله الربّ لموسى النبيّ، لمَّا ظهر له في العليقة التي كانت تتقِدّ بالنار وهى لا تحترق. فلا بد أن تشعر وأنت في بيت الربّ، بأنك في مكان مُقدّس، تسلك فيه كما يليق بقداسته، قائلاً مع المُرنم: "**ببيتك تليق القداسة يارب إلى طول الأيامِ**" (مز ٩٣: ٥).

ثالثاً: التواضع والخشوع:

تُعلِّمنا الكنيسة أن يدخلها المؤمن وهو يقول: "**أمّا أنا فبكثرة رحمتك أدخل بيتك. أسجد في هيكل قدّسك بمخافتك**" (مز ٥ : ٧)، وبالنسبة إلى الخشوع في الكنيسة، يا ليتنا نضع نصب أعيننا قول أبينا يعقوب: "**ما أرهب هذا المكان! ما هذا إلاَّ بيت اللَّهِ، وهذا باب السماء**" (**تك ٢٨ : ١٧**). ومن مظاهر الخشوع: الجلوس والوقوف والسجود، فلا نقف بغير رصانة، ولا نستلقِ باسترخاء على المقاعد؛ بل لنظهر في كلّ حركاتنا بمظهر الوقار والخشوع، احتراماً لوجود اللَّه المالئ الأكوان.

* **الجلوس:** حركة تساعد الإنسان على الانتباه والإصغاء الأكمل إلى الصلوات، وإلى كلمة اللَّه فيتأمل بها، مثل مريم التي كانت جالسة عند قدميّ يسوع تصغي إلى كلامه.
* **الوقوف:** يُعبّر عن النشاط الكامل لتلبية أوامر اللَّه، وعلامة احترام وانتباه واستعداد لنكون متأهبين للانطلاق من أجل تنفيذ ما سمعناه. وهو أخيراً علامة لقيامتنا مع المسيح القائم من بين الأموات.
* **السجود:** يُعبّر عن التواضع والخضوع والتوبة أمام اللَّه، فعندما تحني رأسك وقلبك تذكّر أن اللَّه يحنو عليك بعطف وحنان لا حدّ لهما.

رابعاً : الاستعداد:

الدخول إلى بيت الربّ ينبغي أن يسبقه استعداد روحي وجسدي. لذلك وأنت في الطريق إلى الكنيسة، يمكنك أن ترفع قلبك إلى اللَّه، بمزامير (١٢٠ ـ ١٣٤) أو صلوات قصيرة، لكي تكون مستعدّاً، فاترك عند باب الكنيسة شئون الدُّنيا وهموم الحياة. لذلك تدعونا الكنيسة في الصلاة أن "نطرح عنا كل اهتمام دنيوي". فطرح

الاهتمامات الدنيوية شرطٌ أساسي للمثول الخاشع الواعي في حضرة اللَّه، فَكُنْ بين يديه خاشعاً، وفي بيته عابداً. يُعلِّمنا السيد المسيح له المجد في إنجيله المُقدّس قائلاً: "**تحب الرب إلهك مِنْ كلِ قلبِك ... تحب قريبك كنفسك**" (مت ٢٢: ٣٧ - ٣٩). لذا لا يجوز أن نتقدّم إلى التناول، ونحن بعيدون في سلوكنا وحياتنا عن محبة اللَّه ومحبة القريب. فمن شروط الاستعداد للتناول، المُصالحة مع اللَّه والناس؛ فمع اللَّه بالتوبة (٢ كو ٥: ٢٠)، ومع الناس بالمصالحة حسب قول الرب: "**فإن قدَّمت قُربانك إلى المذبحِ، وهناك تذكَّرت أن لأخيك شيئاً عليك، فاترُك هناك قُربانك قُدَّام المذبحِ، واذهب أولاً اصطلح مع أخيك، وحينئذٍ تعال وقدِّم قُربانكَ**" (مت ٥ : ٢٣ - ٢٤). فإن كنت أنت المُسيء، فاذهب وصالح من أسأت إليه. وإن كنت المُساء إليه، فاحفظ نفسك من البُغض والكراهية، واملأ قلبك من المحبة والتسامح، صَلِّ لأجل الذين يُسيئون إليك (مت ٥ : ٤٤). أَجَل، قدّاسك لقاء قمّة مع اللَّه، فلا تدعه يفشل بسبب قلّة استعدادك له.

خامساً: الحشمة:

الحشمة هى زينة الإنسان في كل مظاهره، ودليل ناطق على طهارة النفس وصفاء النيّة. هى أدب ورزانة، واحترام في التصرّفات، قوامها:

- **الحشمة باللباس:** ليكن اللباس لائقاً وكاملاً، لأنّ الكنيسة ليست بمعرض للأزياء ولا للظهور والمجد الباطل. إذاً، على المرأة المسيحية أن تكون في الكنيسة مُغطّاة الرأس، ولابسة ثياباً محتشمة. كما يقول بولس في رسالته إلى تلميذه تيموثاوس "**وكذلك أن النساء يُزيِّنَّ ذواتهِنَّ بلباسِ الحشمة مع ورعٍ وتعقُّلٍ، لا بضفائر أو ذهبٍ أو لآلئ أو ملابس كثيرة الثَّمنِ**" (١ تي ٢ : ٩).
- **الحشمة بالنظر**: لا ندخل إلى بيت اللَّه، وعيوننا تجول جولات استكشافية، أو نلقي نظرات إلى كل جهة ... بل علينا أن ننظر إلى اللَّه الحاضر بيننا، وننظر إلى الأيقونات التي تُمثِّل القدّيسين وفضائلهم، ونقتدي بهم.
- **الحشمة باللسان:** لنمتنع عن الكلام والأحاديث الجانبيّة، محافظين على الصمت والنظام في الكنيسة، مشتركين مع الكاهن في الصلاة، ورافعين قلوبنا وأفكارنا إلى اللَّه.

٢ ـ سلوكك أثناء الخلوات ورحلات الكنيسة

- لا تحمل معك ملابس كثيرة اكتف بالقليل والضروري.
- عند وصولك يجب عليك ترتيب كل شيء في مكانه، كذلك عند مغادرة المكان رتب غرفتك.
- لا تنسَ أن تترك في غرفتك كلمة شكر رقيقة.
- تجنَّب اقتراح برنامج يُعقّد لهم حياتهم.
- لا تجلس كالباقين في انتظار أن يخدمك الآخرون.
- إذا دخلت الحمام اغلق الباب بالمفتاح ولا تجلس فترة طويلة، فأنت لست وحدك.

- المشط، فرشاة الأسنان كلها أشياء خاصة جداً.
- لا تتدخل في نظام بيت الخلوة.
- نظِّف المكان جيداً قبل مغادرته.

٣ـ سلوكيات الرحلات

- لا داعي للقُبلات الزائدة عند توديع الأصدقاء.
- لا تُكثِر من إبداء النصائح عند محطات السفر.
- ليس من الذوق أن تترك سيدة مُسنّة تحمل حقائبها بمفردها.

٤ـ سلوكيات السفر

عزيزي المسافر إن تصرفاتك هى التي تُقرِّبك إلى قلوب الآخرين أو تُبعِدك عنهم...

إن الفوارق الثقافية (العادات والتقاليد) بين الحضارات والدول المختلفة، تضع الأشخاص في مواقف مُربكة ومحرجة وربما مضحكة أحياناً، قد تؤدي في النهاية إلى تعطيل أو تأخير أو حتى فشل المهام المطلوب إنجازها، كما أن عدم فهم قواعد البروتوكول والاتيكيت في كل بلد يمكن أن يؤدي أحياناً إلى فشل كثير من المهام التجارية المراد تنفيذها. لذا يستحسن أن نأخذ فكرة عن هذا الموضوع، عزيزي إليك بعض الإرشادات التي من الممكن أن تكون بسيطة لكن مفعولها أكيد:

- عليك أن تحتفظ بهدوئك مهما حدث أو حاول معالجة المواقف مهما كانت شديدة بعد التفكير والتريُّث أي بحكمة.
- فلا تكن كالذين ينفعلون بعواطفهم كثيراً، فهم يفقدون الاحترام أي لا تفرح بطريقة هستيرية أو بشكل مُلفِت للأنظار.
- لا تقلّل من شانك فالإنسان يفقد احترام الآخرين عندما يُقلّل من شأنه، وتوقف عن قول أشياء مثل هذا قد يكون خطأ فالإنسان غالباً يُسيء الظن، ولا يفهمه على أنه تواضع، أي لو كان أحد مُخاطبيك مُخطئاً، لا تسكت على حقك حتى لا يتحول الخطأ من خطأ صغير لخطأ أكبر.
- احتفظ بأسرارك الخاصة وكُنْ محافظاً على معلوماتك الشخصية ولا تجعل حياتك كتاباً مفتوحاً.
- كُنْ مريحاً بأقوالك وتصرفاتك ولا تسبب بوجودك في حفل أو مكان ما أي نوع من التوتر أو القلق.
- كُنْ هادئاً ثابت الجنان، متسامحاً حليماً، فلا تكن أنانياً محباً لذاتك، ولا مغروراً متعالياً.
- احترم تقاليد وعادات ومقدسات الدولة المُضيفة لك.
- تجنّب الجدال والنقاش وتخلّص من الحوار الجدلي بلطف ودبلوماسية دون حدة، فلكل مقام مقال.

- اصطحب معك ابتسامة كبيرة أينما حللت فالسكان الأصليون لأي بلد سيكونون متعاونين مع الأشخاص الوديين أكثر.
- لا تطلق أية تعليقات مهينة، فأهل البلد يعتزُّون مثلك بحضارتهم وتقاليدهم، وعليك احترام مشاعرهم وعدم إهانتها بأي شكل من الأشكال.
- عليك احترام وتقدير الاختلاف في المكان الذي ستسافر إليه، بعيداً عن الانتقاد والإدانة، فلكل مكان خصوصيته.
- عليك مراعاة أسلوب ارتداء الملابس المحلية قدر إمكانك كي لا تلقى استهجاناً من أهالي البلد الذي تزوره.
- لا تسخر من أزياء الآخرين، فلكل بلد عاداته وتقاليده التي يتوجّب عليك احترامها.
- قد لا تكون من الأشخاص الذي يميلون إلى تغيير نمط طعامهم، لذا اصطحب معك بعض المُعلّبات الجاهزة أو الأجبان التي يمكنك تناولها إذا رغبت في تناول طعام مخالف للطعام المحلي، لذا يمكنك تفادي إحراج نفسك وأهل البلد المُضيف باصطحابك طعامك معك، لا تُظهِر لأحد استياءك من طعامهم فهم يعتزُّون به ويَروْنَه الأفضل.
- في بعض الأماكن أو المواقف يستحسن طلب الإذن قبل التقاط الصورة.
- وأخيراً وليس آخِراً لا تنسَ أنك سفير لبلد عليك تقديمه في أحسن حالة فالتعامل الحسن والكلام الطيب والاحترام أساسي.

٥ـ في المدرسة

- المحافظة على المظهر الخارجي وارتداء زي المدرسة.
- مراعاة البساطة في كل شيء.
- في الحضور في الصباح القي التحية مع عدم السلام باليد، والابتسامة ضرورية.
- احترام مواعيد المدرسة دليل على الشخصية الجادة.
- تجنّب الأحاديث الشخصية في التليفون.
- تجنب التعليقات وخصوصاً بصوت عالٍ.
- التواضع صفة جميلة.
- لا يفيد أبداً أن تحاول أن تكون في الصفوف الأمامية.

٦ ـ كيف تتعامل مع الآخرين؟

أولاً: الموضوعية:

ومعنى ذلك أن تنتقد نفسك قبل نقدك للآخرين، بالإضافة إلى تقبُّل نقد الآخرين لك، ويقصد هنا "النقد الإيجابي" ليس القائم على المصالح الشخصية.

ثانياً: المرونة:

المرونة والحياد وعدم الانحياز، هى كلمات مرادفة لبعضها البعض تظهر هذه المرادفات بوضوح في تعاملاتنا وعلاقاتنا في محيط الأسرة والعمل، ويكون الانحياز مطلوباً وحاجة ملحة في الحق وإنجاز الأعمال وأدائها، أو لموضوع عندما تكون إيجابياته أكثر من سلبياته.

ثالثاً: التواضع:

اعرف حدود قدراتك وإمكاناتك، لا تغتر ولا تتعالى على من هم حولك واجعل الكلمة الطيبة دائماً ضمن قاموسك اللغوي الذي تستخدم مُصطلحاته في حوارك مع الآخرين.

رابعاً: الصبر والمثابرة:

إذا كان هناك أشخاص يحاصرونك بالمضايقات، عليك التحلِّي بالصبر والمثابرة والمحاولة في كل مرة تفشل فيها عند التعامل معهم حتى يتغيروا وتُكيّفهم حسبما تريد لكي تصل إلى نتيجة ترضيك.

خامساً: سعة الأُفق:

لا تتعصب لرأيك بل كن على استعداد لتغييره أو التخلِّي عنه إذا دعت الحاجة لذلك. لا تقبل أي شيء علي أنه نتيجة نهائية وحتمية بل قابلة للمناقشة والتغيير. تعلَّم كيف تعارض وكيف تؤيد كُلاً حسب الموقف.

سادساً: العقلانية:

عدم الخضوع للمشاعر الذاتية، لا بد وأن يكون هناك تفسيرات وأعذار مقبولة لكل فعل يقوم به الإنسان تجاه غيره. فسعادتك المنشودة لا تكمن في الجفاء والكراهية، وإنما في العطاء والحب للآخرين بلا حدود!!

٧ـ كيف تشجِّع الآخرين؟

١- لتكن وتيرة صوتك لطيفة، معتدلة، لا قسوة فيها ولا حدَّة.
٢- تنازل عن الكلام لمن هو أكبر منك سناً.
٣- لا تلجأ إلى الكلام المُصطنع.
٤- لا تقل لمن أخطأ (أنت مخطئ ...) بل قل: (قد تكون على صواب، أما أنا فأظن ...).
٥- لا تحاول التعرف على أسرار غيرك، وإذا استودعك أحدٌ سرَّاً فكن كتوماً ولا تفشه.
٦- اترك جانباً الحديث عن السياسة والمواضيع الخلافية لتتجنب الاصطدام مع من تتحدث معهم.
٧- تجنّب الحديث عن نفسك وعن مآثرك وعن صحتك أو مرضك.
٨- كن متواضعاً في حديثك واستأذن لتأخذ الكلام.
٩- لا تهمس بأذن أحد وأنت في مجموعة.
١٠- لا تتبادل مع بعض الحاضرين نظرات فيها غمز بالآخرين.
١١- لا تتحدث إلى صديقك بلغة أجنبية وأنتما بين أشخاص لا يعرفون هذه اللغة.
١٢- يجب أن تولي مُحدِّثيك الانتباه التام، دعهم يتكلمون وأصغِ إليهم بصمت واهتمام، وكلما أصغينا إلى الآخرين نكون أقرب إلى قلوبهم.
١٣- لا تهزأ بأحد وامتنع عن المزاح.
١٤- لا تكذب في حديثك ولا تحلف.
١٥- لا تتملق ولا تَستغب ولا تُشهِّر.
١٦- احذر أن تكون من المداحين الكذبة، بل أصدق القول، وقدِّم النصح بمحبة، وانتقد أصدقاءك بحرص.
١٧- مارس الثناء والشكر بكثير من الأدب واللياقة.
١٨- إذا كان لا بد من المناقشة في حديثك، فناقش بهدوء ووعي، واستند في مناقشتك على علمك وثقافتك وعلى المنطق السليم، وإياك والصياح والتجريح، ويمكننا القول بأن المحادثة هى فنٌ في حدّ ذاتها، مهما اختلفت آراء المتحدثين، وهى مفيدة لأنها تُنشِّط العقل الذي يضعف بسبب الجلسات الطويلة أمام التليفزيون، حيث أن عرض المواضيع الكاملة النضج يدفع إلى الخمود الكامل.
١٩- ليس من اللطف والذكاء تكرار الاستغراب لأمور تبدو عادية ومألوفة لدى الآخرين.
٢٠- عند الحديث احذر طرح أسئلة ذات طابع شخصي.
٢١- ليس من المُستَحب التطوع بطرح رأي أو تقديم نُصحٍ لم يُطلب منك تقديمه.
٢٢- لا تقاطع الآخرين.
٢٣- لا تكن ثرثاراً وتعتقد أن الآخرين يستمتعون بكلامك كما تستمتع به أنت..
٢٤- لا تُغرِق موضوعاً تافهاً بالتفاصيل والأحداث التي لا تهم الآخرين.

٢٥- إذا كان النقاش يدور حول موضوع بعيد عن معارفك أو ثقافتك فمن دواعي الأدب أن تنصت ومن الذكاء أن تحاول الاهتمام به وفهمه.

٢٦- لا تقل (هو) أو (هى) عن شخص ثالث موجود بين المتحدثين بل اذكر اسمه.

٨- فن الحوار والحديث

- انظر إلى من يوجه إليك الحديث أو إلى من توجه أنت الحديث إليه.
- تحدث بالصوت الهادئ الرقيق المُحبَّب للسمع، أما الصوت العالي فيسبب الإزعاج ويفقد المتحدث رغبة الآخرين في الاستماع إليه.
- الهمس والوشوشة في أذن من يجلس بجانبك مع وضع اليد على الفم حتى لا يسمعك الآخرون يعتبر سلوكاً بغيضاً وغير مهذب، فإياك أن تفعل مثل هذه الأمور.
- لا تُكثر من الكلمات مثل: آه، أوف، ياه، أوه. الحديث بالإشارات مخصص فقط للتحدث مع الصم والبكم أو مع الأجانب الذين لا يعرفون غير لغتهم.
- تجنب الحديث بالكلام والإشارات معاً، الإشارات باليد أو الإشارات بالرأس، ولا تلجأ إليها إلا إذا لزم الأمر فعلاً بهدف توضيح أمر من الأمور. هناك حركات غير لائقة يستخدمها الكثيرون للتعبير بها مثل: فرك الإصبع السبابة في الإبهام للإشارة إلى النقود، أنها حركة شائعة لكنها لا تليق بك خاصة في مكان عام، ومثل طرقعة أظفر الإبهام تحت الأسنان الأمامية للإشارة إلى: لا شيء، ومثل ضرب الصدغ بالسبابة عدة مرات للإشارة إلى الجنون، فهذه كلها حركات غير لائقة عليك تجنبها.
- لا تستخدم في حديثك الألفاظ البذيئة أو الحديثة جداً حتى لو كانت شائعة فهي غير لائقية، مثل باكو، أرنب، عسل... الخ، إنها كلمات لا يصح تداولها بين أُناس مهذبين ومثقفين مثلك.
- المواضيع الشائعة مثل موضوع الطلاق أو السياسة أو الدين أو العنصرية أو المغامرات العاطفية كلها مواضيع يمكن أن تثير مناقشات حادة بين المدعوين، فالأفضل تجنُّبها. لا تحاول وضع حد لأي مناقشة بفرض رأيك الخاص، بل حاول تغيير اتجاه الحديث.
- لا تُقاطِع مَن يُحدِّثك لتعطي لرأيك أو لاعتراضاتك أهمية، انتظر حتى ينتهي من حديثه، ثم عبِّر بعد ذلك عمّا تريد.
- لا تتكلم وأنت تمضغ اللبانة أو وفمك مملوء بالطعام أو الحلوى.
- تجنب الظهور في صورة مَنْ يعرف مُسبَقاً كل ما يُقال أمامه، إن ذلك لن يضيف شيئاً إلى قيمتك، بل ربما يعرضك للسخرية.
- الأنا كريهة ومُنفِّرَة، لذلك لا تتحدث كثيراً عن نفسك وعن صحتك ومتاعبك ومشاكلك، إنه حديث يثير الملل، اترك ضيوفك يتحدثون، وتعلَّم أن تستمع إليهم؛ فذلك يسعدهم.

- لا تُكثِر من الحديث عن هواياتك حتى لو كان من بينها ما يدعو للفخر؛ حتى لا يضيق بها كل مُستمعيك، أما مشاكل عملك فهى لا تهم سواك فلا تتحدث كثيراً عن رؤسائك أو زملائك في العمل، فمعظم الموجودين لا يعرفونهم ولا يهمونهم في شيء.
- لا تُكثِر من الحديث عن نجاحاتك وانجازاتك الماضية، ولا عن القصر الفاخر الذي باعه والدك والذي تربيت فيه، ولا عن الخدم والحشم الذين كانوا يتولون خدمتك في الماضي السعيد، إن ذلك لن يرفع من شأنك أمام مستمعيك. إننا جميعاً نحب ونميل إلى تخليد صورتنا على الورق لكن! لا تفرض على أصدقائك وضيوفك جلسات طويلة تخصص لمشاهدة صور رحلاتك أو طفولتك أو شبابك؛ إنه شيء مثير للملل. لا تردد نفس الكلام ونفس الحديث وتكرره أكثر من مرة. قبل أن تتحدث اسأل نفسك وحاول أن تتذكر: هل سبق لك أن حكيت ما تريد قَصَّهُ على ضيوفك؟
- لا تتردد في الاعتذار برقة إذا لم تفهم ما قاله لك ضيفك، بل اطلب منه بلطف أن يشرح لك الأمر بوضوح أكثر، لكن لا تستخدم أبداً هذه الألفاظ لتعبر بها عن عدم فهمك مثل: هيه؟ إيه؟ كيف؟ وهى كلمات نسمعها كثيراً للأسف من حولنا.
- لا تذكر ثمن شيء تتحدث عنه، خاصة إذا كان ثمنه مرتفعاً.
- لا تقل: أنت، لشخص يقدم إليك أو تتعرف عليه لأول مرة، بل استخدم كلمة: حضرتك، إلى أن يتم التعارف، ويصبح التقارب بينكما جيداً.

٩ـ التعامل مع الوالدين

- اشعِر الوالدين بأنهم الأكثر معرفة عند الحديث والنقاش معهم.
- اشعِرهم بحبك لهم وابتكر لحظات تسعد والديك.
- لا تُكثر الشكوى عن أوضاعك لوالديك وتثقل عليهم بل تحمَّل مسئولية نفسك.
- حافظ على سِرية أمور والديك ولا تُطلِع عليها صديق مقرّب.
- أكرمهما وأعطِهما كل ما يطلبان.
- شاورهما في أعمالك وأمورك.
- لا ترفع صوتك عالياً أمامهما.
- لا تقاطعهما أثناء الكلام.
- لا تكذب عليهما ... ولا تأخذ شيئاً لم يأذنا به.
- لا تخرج من المنزل ... إذا لم يأذنا لك.
- من الذوق أن تخفي أخطاء والديك مهما ظهرت للآخرين، ولا تتحدث بشأنها في حالة فتح أحدهم حواراً معك عنها.
- في حالة سفرك: أياً كنت في مدينة أو دولة أخرى خصِّص زيارة لوالديك واحرص على التواصل بالهاتف على الأقل مرتين أسبوعياً ولا تقدِّم لنفسك الأعذار أبداً.

١٠ـ كيف تتعامل مع أخيك أو أختك؟

- أخوك أو أختك ليس مجرد أُناس يسكنون معك في نفس البيت.
- إذا كنت الأخ الأكبر فيجب أن تحتوي الأصغر وتساعده في المذاكرة، لا تسخر منه أبداً إذا أخطأ، بل لا بد أن تنصحه وترشده، أن تعلِّمه الخير والمحبة، كُنْ قدوة حسنة له.
- إذا كنت الأصغر فيجب احترام الأخ الأكبر ومساعدته إذا طلب منك المساعدة.
- يجب ألا تشعر بالغيرة والحقد عليه.
- يجب أن يرتبط الأخوة ببعض.

١١ـ التعامل مع الضيوف

- الابتسام وعدم التَّجهُّم حتى لا يظن الضيوف أنهم غير مرغوب فيهم.
- إذا كان الضيوف يتناقشون في موضوع خاص يُفضَّل أن يسلم عليهم الأطفال ثم يدخلون الغرفة.
- يجب تقديم شيء للشرب ثم شيء خفيف للأكل.
- إذا كان الضيوف من المُقرَّبين يمكن للأطفال الجلوس معهم.
- عدم الانشغال عن الضيوف بأشياء أخرى مثل اللعب بالكومبيوتر أو المحمول أو الانترنت ...الخ.
- إذا كان للضيوف أطفال من الممكن تجهيز بعض الألعاب لهم حتى لا يُحدِثوا ضوضاء مع متابعتهم باستمرار.

١٢ـ كيف تكسب الأصدقاء؟

- تغاضَ عن أخطاء الصديق إنْ فعل، وانصحه بدلاً من أن تُحرِجه.
- لا تتركه وحيداً عند الضيقات والمشكلات بل سانده وساعده.
- إذا غاب عنك على غير عادته، فاسأل عنه مُطمئناً عليه، وقم تجاهه بما يلزم.
- لا تتوقع ولا تنتظر من علاقتك معه ثمناً مادياً.
- مهما بلغت علاقتكما أعلى درجات الصداقة ... فلا تتخلَّ في تعاملك معه عن الأدب والحشمة.
- أحبَّ الصديق الذي يرشدك إلى عيوبك، لا الذي يغطيها.
- إذا وقع بينكما خلاف أو سوء تفاهم أو مشكلة: فلا تتعامل بحدة أو تحد مع المسألة. تصرف وكأن الحق كله عليك، وإن كان الحق معك برأيك.

- لا تفضح أسراره، ولا تُحدِّث غيره بما حصل معكما، ولا تتجاوب مع من يحدثك بالموضوع، كُنْ المُبادِر إلى اتصال أو هدية أو زيارة عند أول فرصة سانحة.

١٣ـ كيف تتعامل مع الأنماط الصعبة؟

للسلوك البشري أنماط تختلف وتتباين كثيراً متأرجحة بين قطبين شديدي التنافر، وهما القطب الموجب (العنف والعدوانية) والقطب السالب (السلبية الشديدة واللامبالاة) من جهة أخرى، وبالطبع بينهما درجات مختلفة من السلوك المتدرج من الاعتدال إلى الإيجابية أو السلبية. وتجد أن الأشخاص الطبيعيين هم الذين يتعاملون بثقة واعتدال وتوازن في الظروف الطبيعية ويلتزمون الوسط في تعاملاتهم مع الآخرين.

❖ **طرق التعامل مع الشخصيات صعبة المراس:**

١ ـ أن ترضى بالأمر الواقع، وأن لا تفعل شيئاً:

فيجب عليك هنا محاولة التأقلم مع هذا الشخص دون اللجوء لشخص آخر لا يستطيع أيضاً أن يفعل شيئاً، وعدم فعل شيء هو أمر خطير فالإحباط والغضب يتراكم مع الوقت ويؤدي للانفجار.

٢ ـ أن تهرب من المشكلة:

الإيمان بأنه من المستحيل إيجاد حلول لكل المشاكل، وعليه يجب أن تعلم أن هناك مشاكل بدون حلول أو مشكلات لا تستحق عناء البحث عن حل فيكون الهروب من المشكلة هو حل معقول جداً.

٣ ـ أن تنظر للشخص الصعب نظرة مختلفة:

بإمكانك محاولة تفهُّم الدوافع التي أدت بالآخرين لهذا السلوك إذا استمر الشخص في تصرفاته، ومن المعلوم أن تغييرنا لأنفسنا أسهل بكثير من تغييرنا للآخرين.

٤ ـ أن تعامل الشخص المزعج بطريقة جديدة:

فكلما اجتهدت في إسعاد الآخرين اجتهدوا هم أيضاً في إسعادك والعكس، فكما أن هناك لديهم القدرة على إزعاجك فكذلك أنت تستطيع إزعاج الآخرين، ومن الأفضل اللجوء للحلين الآخرين حتى تنمي مهاراتك في التعامل مع الآخرين فتصبح الشخص الذي يلجأ إليه الجميع، ولا بد من أجل تحقيق ذلك أن تتعرف على أنماط السلوك الصعبة التي نواجهها عادة في حياتنا اليومية.

ومن هذه الأنماط أو الشخصيات:



الإنسان المُثير للغضب:

❖ **خصائصه:**

- قاسي في تعامله حتى أنه يقسو على نفسه أحياناً.
- لا يحاول تفهُّم مشاعر الآخرين لأنه لا يثق بهم.
- يكثر من مقاطعة الآخرين بطريقة تظهر تصلُّبه برأيه.
- يحاول أن يترك لدى الآخرين انطباعاً بأهميته.
- مغرور في نفسه لدرجة أن الآخرين لا يقبلونه.
- لديه القدرة على المناقشة مع التصميم على وجهة نظره.
- يرى نفسه أنه بخير ولكن الآخرين ليسوا بخير.

❖ **كيف تتعامل معه؟**

- اعمل على ضبط أعصابك والمحافظة على هدوئك.
- حاول أن تصغي إليه جيداً.
- تأكد من أنك على استعداد تام للتعامل معه.
- لا تحاول إثارته بل جادله بالتي هى أحسن.
- حاول أن تستخدم معلوماته وأفكاره.
- كُنْ حازماً عند تقديم وجهة نظرك.
- أفهِمَهُ إن الإنسان محترم على قدر احترامه للآخرين.
- استعمل معه أسلوب: نعم ...... ولكن.

الشخص المُترِدِّد:

❖ **خصائصه:**

- يفتقر إلى الثقة بنفسه.
- تظهر عليه علامات الخجل والقلق.
- تتصف مواقفه غالباً بالتردد.
- يجد صعوبة في اتخاذ القرار.
- يضيع وسط البدائل العديدة.
- يميل للاعتماد على اللوائح والأنظمة.
- كثير الوعود ولا يهتم بالوقت.
- يطلب المزيد من المعلومات والتأكيدات.
- يرى نفسه أنه ليس بخير والآخرين بخير.

❖ **كيف تتعامل معه؟**

- محاولة زرع الثقة في نفسه.
- التخفيف من درجة القلق والخجل بأسلوب الوالدية الراعية، ساعده على اتخاذ القرارات واظهر له مساوئ التأخير في ذلك.
- اعمل على توفير نظام معلومات جيد لتزويده، أعطِه مزيداً من التأكيدات.
- أفهِمَهُ أن التردد يضر بصاحبه وبعلاقته مع الآخرين.
- أفهِمَهُ أن الإنسان يُحتَرم بثباته وقدرته على اتخاذ القرار.

الشخص الذي تتصف ردود فعله بالبطء والبرود:

❖ **خصائصه:**

- يتميز بالبرود ويصعب التفاهم معه.
- يتميز بدرجة عالية من الإصغاء ويتفهّم المعلومات.
- لا يرغب في الاعتراض على الأفكار المعروضة.
- يتهرّب من الإجابة على الأسئلة الموجّهة إليه.
- لا يميل للآخرين فهو غير عاطفي.
- عالجه بأسلوبه من خلال إصغائك الجيد.
- وجّه إليه الأسئلة المفتوحة التي تحتاج إلى إجابات مطولة.
- استخدم معه الصمت لتُجبِره على الإجابة.
- لتكن بطيئاً في التعامل معه ولا تتسرع في خطواتك.
- اظهر له الاحترام والود.

الشخص الثرثار:

❖ **خصائصه:**

- كثير الكلام ويتحدث عن كل شيء وفي كل شيء.
- يعتقد أنه مهم.
- يمكن ملاحظة رغبته في التعالي إلا أنه أضعف مما تتوقع.
- يتكلم عن كل شيء باستثناء الموضوع المطروح للبحث.
- يقع في الأخطاء العديدة.
- واسع الخيال ليُثبِت وجهة نظره.

❖ **كيف نتعامل معه؟**

- قاطعه في منتصف حديثه وعندما يحاول استعادة أنفاسه.
- قل له: يا سيد ... ألسنا بعيدين عن الموضوع المتفق عليه؟
- أثبت له أهمية الوقت وأنك حريص عليه.
- أشعِره بأنك غير مرتاح لبعض أحاديثه وذلك بالنظر إلى ساعتك ... و... الخ.

الشخصية المعارضة دائماً:

❖ **خصائصه:**

- لا يُبالي بالآخرين لدرجة أنه يترك أثراً سيئاً لديهم.
- يفتقر إلى الثقة، لذا تجده سلبياً في طرح وجهات نظره.
- تقليدي ولا تغريه الأفكار الجديدة ويصعب حثّه على ذلك.
- لا مكان للخيال عنده فهو شخصية غير مُجددة.
- عنيد، صلب، ويضع الكثير من الاعتراضات.
- يذكر كثيراً تاريخه الماضي.
- يلتزم باللوائح والأنظمة المرعية نصّاً لا روحاً.
- لا يميل للمخاطرة خوفاً من الفشل.

❖ **كيفية التعامل معه؟**

- التعرُّف على وجهة نظره من خلال مواقفنا الإيجابية معه.
- تدعيم وجهة نظرك بالأدلة للرد على اعتراضاته.
- أكِدْ له على أن لديك العديد من الشواهد التي تؤيد أفكارك.
- عدم اعطائه الفرصة للمقاطعة.
- قدم أفكارك الجديدة بالتدريج.
- لتكن دائماً صبوراً في تعاملك معه.
- استعمل أسلوب: نعم ... ولكن.

الشخص الخجول:

❖ **خصائصه:**

- يفتقد إلى الثقة في نفسه.
- من السهولة إرباكه.
- مُتحفِّظ ويتبدل لونه لأقل مؤثر.
- يحاول الاختباء خلف الآخرين.
- يتصف سلوكه عامة بالفشل في حياته العملية والخاصة.

❖ **كيف نتعامل معه؟**

- اطلب منه تقديم وجهة نظره.

- قل لـه: إن الإنسان يُحتَرم لمعلوماتـه، وإظهارها للاستفادة منها، حاول أن تعمل علـى زيادة ثقته بنفسه، وذلك بوضعه في مواقف مضمون نجاحها.
- لا تقدم إليه البدائل، وحاول أن تعطيه الحل ليثبت عليه.

الشخص العنيد:

❖ **خصائصه:**

- يتجاهل وجهة نظرك ولا يرغب في الاستماع إليها.
- يرفض الحقائق الثابتة ليظهر درجة عناده.
- صلب، قاس في تعامله.
- ليس لديه احترام للآخرين ويحاول النيل منهم.

❖ **كيف نتعامل معه؟**

- أشرِك الآخرين معك لكي توحِّد الرأي أمام وجهة نظره.
- اطلب منه قبول وجهة نظر الآخرين لمدة قصيرة لكي تتوصلوا إلى اتفاق.
- أخبِره بأنك ستكون سعيداً لدراسة وجهة نظره فيما بعد.
- استعمل أسلوب: نعم ... ولكن.

الشخص المُتعالي:

❖ **خصائصه:**

- يعتقد أن مكانه وسط المجموعة لا يمثل المكانة التي يستحقها، وأن ذلك يمثل مستوى أقل بكثير مما يستحق.
- يحاول تصيُّد السلبيات لدى الآخرين، ويحاول إيصالهم إلى المواقف الحرجة.
- يعامل الآخرين بتعالٍ لاعتقاده أنه فوق الجميع.

❖ **كيف نتعامل معه؟**

- لا تحـاول اسـتخدام السـؤال المفتـوح معـه لأنـه ينتظـر ذلـك، ليحـاول إثبـات أن لديـه المعلومات المتخصصة حول الموضوع المطروح أكثر بكثير مما لديك، ولأنه يشعر عند توجيه السؤال المفتوح إليه أنه هو حلاّل المشاكل وأن رأيك لا يمثل أي قيمة بالنسبة له.
- استعمل معه أسلوب: نعم ... ولكن، مثال: إنك فعلاً على حق، ولكن لو فكرت معي في ...

الشخص الباحث عن الأخطاء:

❖ **خصائصه:**

- يتصيَّد الأخطاء على درجة عالية.
- لديه دائماً مجموعة من الأسئلة ليواجه بها الآخرين.
- تراه يتنقل من مكان لآخر بحثاً عن الأخطاء.
- ليس لديه احترام لمشاعر الآخرين.

❖ **كيف نتعامل معه؟**

- لا تفقد السيطرة على أعصابك معه.
- لا تفتح له الباب الكامل ليقول كل ما عنده.
- أصغِ إليه بدرجة عالية.
- أفهّمه أن لكل إنسان حدود يجب أن يلتزم بها.
- لا تُعطِه الفرصة للسيطرة الكلامية.
- استعمل معه أسلوب : نعم ... ولكن.

١٤ـ فن الاستماع

الاستماع:

الحديث أو المحادثة هى فن أو فن اجتماعي على وجه التحديد، من خلال الملاحظة والتجربة من الممكن أن يصبح الشخص الخجول شخصاً ماهراً في إدارة أي نقاش وسط جماعة وليس مع فرد واحد فقط بعينه ... فهل تتخيل مدى الجرأة التي سيصل إليها هذا الشخص بإتباعه قواعد الإتيكيت لكي يلتف الآخرون من حولك لتبادل الآراء حول موضوع عام أو خاص. ومن القواعد الأولية أن تكون لطيفاً تُبدي اهتماماً بكلام الآخرين. وتجد أن الشخص الاجتماعي تتوافر فيه صفة هامة هى الإنصات للغير باهتمام وترك الفرصة لهم للتحدُّث، بل وإشعارهم بأهميتهم وبهذا ستكسب نقاط لصالحك.

بدء المحادثة:

كيف تبدأ الحوار مع شخص؟ بالتحدُّث عن المكان الذي تتواجد فيه، أو عن سبب تواجدك فيه (إما للالتقاء بالأصدقاء أو غيرهم)، التحدث عن الذكريات مع الأصدقاء أو عن حدث مع شخص تعرفه. أما إذا كنت في حفلة فالمضيفة من الممكن أن تكون هى محور كلامك. لا يشترط تحدُّثك بكثرة حتى تبدو لطيفاً، التوجّه بالنظر دائماً إلى الشخص الذي يتحدّث من خلال توجيه بعض الأسئلة عن الموضوع الذي يدور أمامك حتى تساعد على بقائه أطول فترة مُمكنة، كما أن ذلك يعكس اهتمامك وانتباهك للغير. والمتابعة

لا تأتي بالتحاور الشفهي ولكن بمتابعة العينين وإبداء بعض التغيّرات والتعبيرات على الوجه، والتي تكون أفضل بكثير من الكلام في بعض الأحوال.

الثرثرة:

حكاية القصص الطويلة قد لا يكون في صالحك أو صالح من يقصها، لأنك تحتكر الحديث بأكمله ولا تعطي الفرصة للغير. لكن في بعض الأحيان قد لا تستطيع الفرار من هذه القصص الطويلة إذا كان الشخص الذي يوجد أمامك يحكى حادثة له. وفي هذه الحالة لكسر رتابة الحديث توجه الأسئلة للأشخاص المنصتين عما إذا كانوا قد مروا بمثل هذه الأحداث من قبل. ليس السكون والهدوء من حولك يعني الاهتمام بما يقوله الشخص أو أن له شأن، لكنه قد يعني المَلل ... وللابتعاد عن سماع ملاحظات محرجة مثل "هل انتهيت من حديثك" عليك بتنمية حاسة التمييز لديك عمّا إذا كان غيرك يشعر بالملَل من حديثك أم لا، وتحديد الخط الفاصل.

المقاطعة أثناء الحديث:

مقاطعة الحديث قد تكون من أكثر المآزق التي لا تجعلك تبدو محاوراً ناجحاً، حاول ألا تقاطع الحديث بقدر الإمكان ... فإذا انضم شخص جديد للمجموعة ومشاركته بموضوع جديد، عليك باستئناف الحديث القديم مرة أخرى. وعند العودة لا بد من إخبار هذا الشخص بموضوع الحديث.

الأخطاء:

عند رواية شيء مؤلم حدث لك أو لشخص آخر بدون معرفتك بأن شيئاً مشابهاً قد حدث لأحد الحاضرين فليلفت شخص آخر انتباهك، عليك بالإشارة إمّا بالاعتذار أو بقولك: "معذرة فأنا لا أعلم بذلك". ثم يدار الحديث في اتجاه آخر أي يغيّر الموضوع. وإذا كنت مَرِحاً وتحب روح الدعابة بأن تبدى سخريتك من شيء بشكل معقول فلا مانع منه، ومثال آخر على ذلك إذا تمت دعوتك لتناول وجبة غداء أو عشاء في مطعم أو في بيت أحد الأصدقاء أو عند ذهابك لأحد الحفلات، ثم أظهرت استياءك من نوع معين من الطعام ثم وجدته الطبق الرئيسي أمامك فالاكتفاء بإبداء الابتسامة على وجهك ونسيان ما كنت تتحدث بشأنه هو الحل للخروج من المأزق.

الثقافة:

سر آخر من أسرار فن الحديث هو معرفتك بالشخص الذي ستجلس وتُدير النقاش معه، ومعرفته بالمواضيع التي تحوز اهتمامه. معرفة الأخبار اليومية وخاصة إذا كنت خجولاً لتستخدمها عند الحاجة لأن نقاشك لا بد وأن يبدو طبيعياً وليس مُقحَماً.

١٥ـ آداب التحدُّث في الموبايل

لأنه أصبح جزءاً مهماً في حياتنا جميعاً نعتمد عليه في إنجاز أعمالنا والتواصل مع الآخرين والتعرف على ما يجري في العالم من حولنا، بالإضافة إلى المميزات التكنولوجية التي تظهر كل يوم، فإنه بلا شك نحتاج إلى بعض الآداب التي تحدِّد تعاملنا بالموبايل:

الانتباه للطريق والأمان:

التحدُّث في التليفون المحمول أثناء القيادة قد يشتت تفكيرك ويعرضك للخطر أنت ومن حولك، لذلك ينبغي الحد من استخدامه أثناء القيادة بقدر الإمكان، والتركيز كُليَّةً في الطريق للمحافظة على حياتك من الأذى والضرر، وإذا اضطررت لذلك فعليك باستخدام السماعات فلا تكن يدك أيضاً مشغولة عن القيادة، بالإضافة لعدم التعرُّض للمخالفة المرورية.

الحفاظ على نبرة الصوت الهادئة:

ينبغي أن تكون نبرة صوت الشخص المُتحدِّث، وصوت التليفون نفسه هادئة لا تسبب إزعاجاً لغيرك، فيجب التحدث بصوت منخفض، لأن التليفون له ميكروفون حساس قادر على نقل الأصوات الهامسة وليست المنخفضة فقط.

اختيار نغمة التليفون المناسبة:

أولاً تكون النغمة متوسطة وليست عالية حتى لا ينزعج أي شخص عندما يرن، وابتعد عن النغمات الموسيقية والأغاني إذا كنت في مكان عمل أو دراسة، لأن تلك النغمات مكانها النوادي لا الأماكن المُغلقة، إذن عليك أن تُجنِّب أي شخص أي إزعاج قد يصدر منك أو من موبايلك باستخدام الذبذبات (الڤايبراشن) بدلاً من الرنين وخاصة أثناء الاجتماعات والأعمال الهامة أو في وجود شخص مريض أو نائم.

الحفاظ على نبرتك وسط الزحام:

واجعل صوتك وصوت التليفون منخفضين للغاية حتى لا يفهم أحد ما تقوله، وحاول قدر الإمكان الابتعاد عن الزحام، فعليك عند التحدُّث في التليفون ألا تجذب انتباه غيرك فقد يكون بعضهم فضولياً ويبدأ في متابعة الحديث، وهو ما لا ترغب فيه بالطبع، بينما قد يرفع أحدهم صوته للتباهي، وهو سلوك غير مقبول بالمرة.

احترام الحيز الشخصي لجميع الأشخاص:

فحاول دائماً التحدُّث بمسافة تبعد عنهم ٣٠ ـ ٦٠ سم على الأقل، وإذا لم يوجد لديك حيز خاص بك انتظر حتى يُتاح لديك ذلك.

الحرص على خصوصية المحادثة:

فالسبب الرئيسي وراء اختراع الموبايل هو ضمان سير الأعمال الهامة على ما يرام وفى الوقت المناسب لها، لأنه في بعض الأعمال ينبغي اتخاذ قرارات فورية وحازمة لا تتطلب أي تأجيل، وبما أن أي معلومة خاصة بالأعمال لا بد أن تُحاط بشيء من السرية أو الخصوصية، فاحرص دائماً على الوقت والمكان المناسبين لنقاش بعض المواضيع أو المشاكل بشكل يتيح السرية لها.

الابتعاد عن الشجار:

ينبغي أن يكون شعار التليفون "خير الكلام ما قلَّ ودلَّ" لإبلاغ الأمور الهامة بإيجاز، فهو غير مخصص لإدارة شئون المنزل أو الأسرة أو الشجار في أمور العمل، كما أنه من الأفضل الانتظار لمقابلة الشخص وجهاً لوجه عندما يكون هناك خلاف أو مشادة لأن هذا يؤدى إلى نتائج أفضل، فاعلم تماماً نوع المناقشات التي يُستخدم فيها التليفون، وما هى نبرة الصوت المستخدمة، فالمناقشات الحادة لها أماكن أخرى.

التركيز:

شيء بديع أن يكون الشخص نشيط وينجز كثيراً من الأعمال في آنٍ واحدٍ ويُطلَق عليه "شخص متعدد الوظائف"، فمن الممكن أن يقوم الشخص بالتحدث في التليفون والكتابة على الكمبيوتر وشرب فنجان القهوة أو الشاي وكتابة التقارير الهامة "كله في آنٍ واحد" وينجز كل ذلك بكفاءة كبيرة، لكن في بعض الأوقات الأخرى تتطلب بعض الأعمال التفرد في إنجازها لأهميتها، كما تعكس شكل من أشكال عدم الاهتمام والكفاءة، وينطبق الحال على الموبايل طبعاً.

١٦ـ كيف تتعامل مع النت؟

١- الرد على الرسائل:

الرسائل المهمة أو الحقيقية سواء من أجل أعمال هامة أو لإرسال التحية لصديق ... من قواعد الإتيكيت الرد عليها وعدم إهمالها.

٢- ما هى القصة؟

أو ما هو الموضوع؟ لا تترك القارئ في حيرة، فمستخدم الإنترنت يحتاج إلى العناوين الصريحة المباشرة لتوفير الوقت ولتنبيه القارئ إلى مضمون الرسالة للحصول على الرد السريع.

٣- الإعلان عن العناوين البريدية:

عندما ترسل بريداً إلكترونياً لمجموعة من الأصدقاء، فأنت تستخدم قائمة العناوين المسجلة عندك لاختصار الوقت، وقد ترسل الرسالة إلى أشخاص لا يرغبون فيها أو لا يرغبون في معرفة الآخرين بعناوينهم ... فعليك مراعاة ذلك وبذل بعض المجهود!.

٤- مراجعة الأخطاء اللغوية:

كل واحد منا معرض للأخطاء اللغوية في كتاباته، لتفادي ذلك عليك بقراءة الرسالة مرة أخرى بعد الانتهاء منها لضمان تجنُّب مثل هذه الأخطاء.

٥- نوعية الرسائل:

الالتزام مطلوب في أي شيء وفي كل شيء، فإرسال الرسائل الإباحية شيئاً غير لائق على الإطلاق!.

٦- اختيار المواقع:

تتنوع المواقع وصفحاتها على الإنترنت، ومعظم المواقع عندما تقوم بزيارتها ترسل نشرات إخبارية لعملائها، قد تزعجك وتملأ صندوق بريدك ... فعليك بالاختيار الصحيح لها.

٧- الخصوصية:

البريد الإلكتروني الخاص بك هو لخصوصياتك، أما بريد العمل فللعمل.

٨- تغيير عنوان البريد الإليكتروني:

إرسال العنوان الجديد لكافة الأصدقاء، والتأكد من عدم وجود أية رسائل مهمة على العنوان القديم.

١٧- فن تقديم الهدايا

من أهم قواعد تلقي الهدايا البدء بالامتنان والشكر لمقدمها، مع التأكيد على الشكر لمجرد التفكير في الهدية بغض النظر عن قيمتها المادية. يُفضّل أن تُفتَح الهدايا أمام الشخص مُقدِّمها وأن تُبدي إعجابك بها حتى وإن كانت لا تنال رضاءك. أما إذا تلقيت هدايا كثيرة من أكثر من شخص، فيفضل عدم فتح الهدايا أمامهم، حتى لا تحرج شخصاً بدون قصد كانت هديته بسيطة مقارنة بهدايا الآخرين. إذا تلقّيت هدية لا تناسبك أو لم تَنَلْ إعجابك، لا تُخبِر صاحبها حتى لا تُسبِّب له الإحراج.

١٨- آداب الزيارة

إذا كنت أنت من سيقوم بالزيارة فهناك بعض الأمور التي يجب مراعاتها:

- يجب أولاً أن نأخذ ميعاداً من صاحب المنزل وعدم الزيارة بدون سبق ميعاد مسبق محدد من قبل، ويفضل أن نأخذ الميعاد قبلها بعدة أيام.

- لا بد من احترام ميعاد الزيارة، وعدم التأخير أكثر من ربع ساعة عن الميعاد؛ وذلك احتراماً منا لصاحب البيت، ولا يُفضَّل أن نصل قبل الميعاد حتى نترك فرصة لأهل البيت ليجهزوا البيت ويستعدوا للزيارة.
- في حالة الاعتذار عن الزيارة لا بد أن يكون قبلها بيوم على الأقل، وفي حالة حدوث ظرف طارئ فجأة ممكن أن نتصل ونعتذر أو نؤخر الميعاد قليلاً، إذا كان هناك سبب قوي جداً.
- الاهتمام بمظهرنا وملبسنا مع البساطة وعدم التكلف.
- بوجه عام عند زيارة أحد من الممكن إحضار هدية بسيطة كتعبير عن الشكر لاستضافتهم لك؛ مثل شيكولاتة أو بوكيه ورد.

١٩ـ كيف تحافظ على بيئتك؟

نحافظ على نظافة البيئة في منطقتنا بعدم إلقاء القمامة وبوضع أكياس للنفايات وبإشعار السكان بأهمية المحافظة على البيئة لأن سلامة بيئتنا سلامة لأنفسنا.

*** كيف يمكن أن نقضي على التلوث؟**

يمكن أن نقضي على التلوث بتقديم نصائح للناس بتجنب إلقاء القمامة في الشوارع ووضعها في الأماكن المخصصة لها.

*** ما هى الأمراض التي يمكن أن ينتج عنها التلوث؟**

التلوث آفة اجتماعية يجب محاربتها بعدة وسائل تفادياً لأخطار التسبب في أمراض خطيرة: (كالحساسية - والربو - والأمراض الجلدية - والأمراض التنفسية ...).

*** هل يمكن القضاء على التلوث بشكل نهائي؟**

- نعم يمكن القضاء على التلوث بشكل نهائي لأن التلوث يزيد المجتمع ضرراً ... الحرص على نظافة المكان الذي يعيش فيه، سواء كان بيته أو مدينته لأن النظافة أساس كل تقدُّم ورَقي، وعنوان الحضارة.
- تجنُّب الضوضاء، والحرص على أن يُعَوِّد أبناءه الهدوء، فهو بحق قيمة سامية.
- الحرص على زراعة ما حوله، من فراغات بالزهور وغيرها، وتزيين منزله وما حوله بالأشجار والنباتات، وتعليم الأبناء المحافظة على الأشجار والزهور والنباتات الموجودة في الأماكن العامة والخاصة، مع توعيتهم بأهمية زراعة الأشجار والزهور في حديقة المنزل أو داخله؛ ليتذوَّقوا الجمال ويحرصوا عليه.
- التخلُّص من القمامة بطريقة سليمة؛ لمنع انتشار الأمراض، ونقل العدوى، فلا يجب وضعها أمام المنزل أو خلفه، حتى لا تكون عرضة للعبث فتتناثر بصورة تتجمع عليها الحشرات، فتشوه صورة البيت وتضر أهله، وكذلك الحرص على عدم إلقائها من الشرفات والنوافذ.
- التخلص من المخلفات الصلبة؛ كالأوراق، والصناديق، وقطع القماش القديمة، والزجاجات الفارغة، والعلب المعدنية، وبقايا الطعام التي أصبحت من أهم مصادر التلوث؛ لأن تراكمها وتجمع المياه حولها يجعلها مرتعاً للحشرات والميكروبات ومصدراً للرائحة الكريهة.
- الحرص في التعامل مع المياه، وعدم الإسراف في استخدامها، وكذلك عدم تلويثها بإلقاء القاذورات فيها.

- الحرص على إدخال الشمس إلى مختلف الحجرات؛ لتقضي على الحشرات والميكروبات وتمنع تكاثرها وتَحِدّ من نشر الأمراض والأوبئة.
- الحذر عند استعمال المنظفات الكيماوية، والمواد السامة، والتقليل منها ما أمكن، لأنها تؤثر على طبقة الأوزون، التي تحمي الأرض من أشعة الشمس الحارقة، والأشعة الأخرى الضارة.
- استخدام المرشحات التي تقي البيئة من العوادم الناجمة عن استخدام الوقود وغير ذلك، وكذلك استخدامها في الأجهزة المنزلية التي يترتب عليها ظهور عوادم ضارة كمدخنة المطبخ وغيرها.
- نشر الوعي البيئي بين الأبناء، لتوسيع آفاقهم ومداركهم حول حب العالم والكون بما فيه، ومن فيه، وكذلك نشر هذا الوعي بين الجارات والأقارب وتوجيه النصح والإرشاد لهم، والتعاون على مواجهة هذا الخطر، لما فيه صالح الفرد.

٢٠ـ الخصوصية

- لكي تحترم الناس خصوصياتك، لا بد وأن تحترم خصوصياتهم.
- لا تقتحم مناقشاتهم.
- لا تنصت إلى مكالمتهم التليفونية.
- لا تتلصص.
- لا تفتش في متعلقاتهم.
- انقر الباب واستأذن قبل الدخول عليهم.

٢١ـ كيف تعتني بنظافتك؟

إتيكيت دورات المياه العامة:

خطوات النظافة العامة:

لا بد وأن يتوافر معك المناديل الورقية عند دخول دورات المياه، لتجنب الوقوع في حيرة عندما تفاجأ بنفادها أو التعرض لأي ظرف مثل سقوطها في المرحاض.

- قبل استخدام المرحاض، عليك بتنظيف المقعدة بالماء والمناديل الورقية ووضع غطاء بلاستيكي مُخصّص لهذا الغرض.
- تجنّب لمس مقابض الأبواب، محابس المرحاض بالأيدي لأنه سيكون هناك احتمال كبير بتلوثها ... ويأتي من جديد دور المناديل الورقية التي لا غني عنها.
- غسل الأيدي فوراً بالماء والصابون بعد الانتهاء من استخدام المرحاض.

- عدم تجفيف الأيدي بالمجففات الهوائية المتوافرة داخل دورات المياه لأن هواءها موطن خصب لالتقاط البكتريا لأنها تعيش في المناخ الدافئ، وبالتالي ستتجمع على يديك.

إتيكيت دورات المياه العامة:

- الحفاظ على نظافتها، لأنك لن تدخل دورة المياه غير النظيفة فحافظ عليها كأنها لاستعمالك الشخصي.
- لا تضع قدميك على المقعدة بالحذاء عند استخدام المرحاض ... لأنه سيوجد من سيستخدمه بعدك.
- لا تلق المناديل الورقية في المرحاض أو الحوض.
- لا تضع الشعر بالمثل في المرحاض أو الحوض حتى لا يتعرضا للإنسداد ... ومن هنا تأتي المشكلة الأكبر.
- وآخر هذه النصائح الابتسامة العريضة على وجهك عند رؤية عامل النظافة لإصلاح ما أتلفته!!

٢٢ـ كيف تختار ملابسك ؟

- ابحث عن البساطة في اختيار ملابسك، فالأناقة في البساطة.
- الألوان مهمة جداً في اختيار الملابس، فهى تجعلك مميزاً وسط مجموعة من الأفراد، بشرط ألا تكون مبهرجة، فتصبح مثيراً للضحك والسخرية.
- لا يفضل ارتداء الملابس المزخرفة كاملة، فيكفي القميص فقط، مع تيشيرت أبيض وبنطلون أسود كمثال:
- إذا كنت نحيفاً اختر التيشيرت الذي لا يجب أن يكون القميص ضيقاً وملتصقاً بجسمك كما لا يجب أن يكون واسعاً جداً! كما ينصح أيضاً بالقمصان المقلمة أو المخططة أفقياً لأنها تعطي حجماً أكثر وحذار من الخطوط العمودية فهى تعطي طول أكثر وتجعلك تبدو نحيفاً أكثر.
- إذا كنت ذاهب للمدرسة أو النادي أو مع الأصدقاء ابتعد عن الملابس المطرزة اللامعة.
- تذكَّر دائماً إنه ليس شرطاً أبداً أن تشتري ملابس مرتفعة الثمن حتى تكون أنيقاً بل على العكس هناك ملابس رخيصة في منتهى الأناقة والروعة.
- اختر دائماً الملابس العملية التي تساعدك على الحركة في المدرسة أو في المواصلات أو في النادي مثل بنطلون قماش أو جينز وبلوزة أو جيبه واسعة وبلوزة ...
- يفضل أن يكون نوع القماش قطناً أو كتاناً.
- الاحتشام من أهم الأشياء التي يجب مراعاتها حتى لا نكون عثرة للغير وحتى نظهر بمظهر حسن أمام الآخرين، لأن الملابس غير المحتشمة تعطي دائماً انطباع سيء عن صاحبها.
- اختر الملابس المناسبة لك ولحجم جسمك ومظهرك ولا تجري وراء الموضة واختر منها ما يناسبك فقط.

٢٣ـ آداب تنـاول الطعـام

المطاعم هى أكثر الأماكن شيوعاً لمراقبة تصرُّفات الناس بعضهم لبعض، أحياناً تكون تلك السلوكيات أو التصرفات سيئة ومُنفِّرَة لدرجة تلفت النظر، مثل مضغ الطعام بفم مفتوح وبصوت مسموع، أو التحدث بفم مليء بالطعام، كذلك مراقبة من حولك وهم يأكلون والتطلُّع بدون داعٍ لوجوههم، كذلك الأكل بالأصابع والأيدي على الرغم من وجود الشوكة والملعقة على المائدة. التحدث أيضاً بصوت مرتفع يُعتبر أحد أهم السلوكيات الخاطئة لأنها تجذب انتباه المحيطين بك وتجعل كل ما يصدر عنك في بؤرة الاهتمام والمراقبة، أما أسوأ تلك السلوكيات على الإطلاق فهو التجشؤ بصوت مرتفع، والذي يقوم بها البعض من باب المرح والاستظراف، كذلك استخدام فوط ومناديل المائدة لتنظيف الأنف والعطس، كل ذلك يُعدّ من التصرفات غير المقبولة في المطاعم، والتي تتنافى مع آداب وإتيكيت الذوق واللياقة في الأماكن العامة.

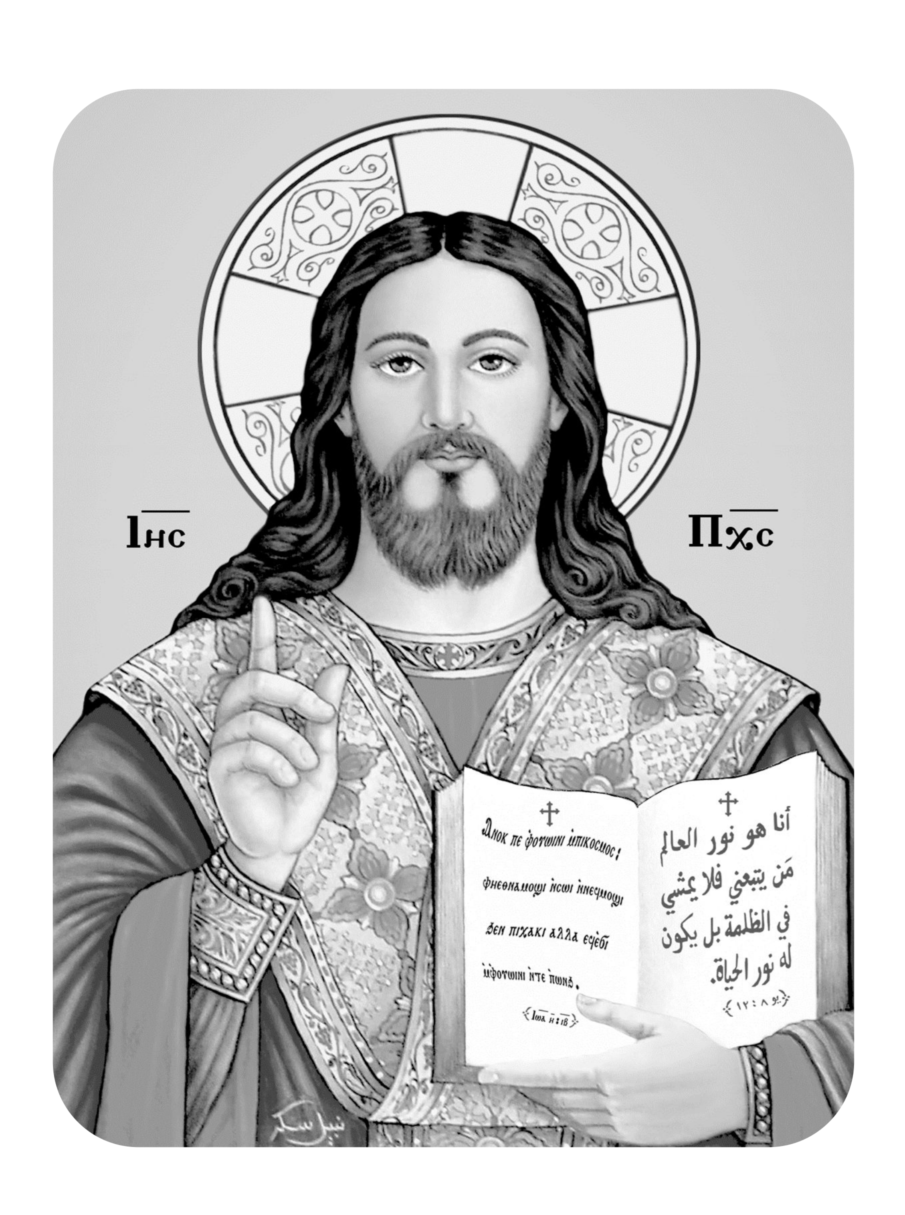
٢٤ـ آداب التحدُّث أثنـاء الطعـام

- من الضروري أن تغسل يديك قبل الجلوس إلى المائدة.
- لا تبدأ بتناول الطعام قبل الآخرين، إلّا في حال طلب منك ذلك.
- لا تزيل الطعام الموجود على السكين بواسطة لسانك.
- اغلق فمك أثناء مضغ الطعام كي لا تسببّ الإزعاج للآخرين على المائدة.
- لا تتكلّم وفي فمك طعام.
- لا تضع كمية كبيرة من الطعام في فمك.
- لا تستخدم محارم القماش لتنظيف أنفك خلال تناول الطعام، إنما يمكنك استعمالها لإزالة الطعام المتبقّي على الفم.
- لا تمدّ يدك لأخذ رقائق البطاطس مثلاً أو أي طعام آخر من طبق الشخص الجالس بقربك على طاولة الطعام.
- لا تزيل بقايا الأكل العالق في أسنانك بواسطة أظافرك، إنما يمكنك استخدام عود الأسنان.
- تجنب إصدار الأصوات المزعجة أثناء تقطيع الطعام في الصحن.
- لا تستعمل يدك لوضع الطعام في الملعقة.
- لا تضع مرافقك على الطاولة.
- لا تترك الطاولة، للردّ على الهاتف.
- لتفادي الفوضى، اطلب الصنف الذي تريده من الشخص الجالس بقربك بلطف، بدلاً من أن تمدّ يدك لتناوله.

هذه هى أبرز الإرشادات التي يجب أن تتبّعها لاحترام إتيكيت تناول الطعام وإعطاء انطباع لائق في المجتمع.

٥. منهج:

الشخصيات ـ العقيدة ـ الطقس



بصلئيل وأهوليآب - هل أنت مُبدع ؟

المراجع:

- الكتاب المقدس (خر ٣١ : ٦ ، ٧)، (خر ٣٤ ، ٣٥).
- "نحو شباب مُبدع" - للبابا تواضروس الثاني.
- "الشباب والإبداع" - للقس رافائيل ثروت.
- "نحو شخصية واعدة" - سو أتكنسون.
- "١٠ مهارات يحتاجها طفلك للتميُّز" - فيكي كورنا.

آية الدرس:

" إن كان أحدكم تعوزه حكمةٌ، فليطلب من اللَّه الذي يُعطي الجميع بسخاءٍ ولا يُعيِّرُ، فسيُعطى له" (يعقوب ١ : ٥).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يفهم معنى الإبداع، لكي يحيا الحياة القادرة على الإبداع.
- يدرك أن الإبداع سيجعل لحياته معنى.
- يفكر بطريقة مبدعة من خلال توظيف الصفات الأساسية للمُبدعين (الطلاقة، المرونة، الأصالة).
- يعرف أن الإنسان المُبدع يتصف بالفهم العميق، والقدرة على استخدام قدراته (الطلاقة).
- يفهم أن الفكر المُبدع قادر على الاختيار من بين عدة أساليب وبدائل لحل مشاكله (المرونة).
- يُدرك أن الفكر المُبدع يتطلب التفكير خارج الإطار المعروف (الأصالة).
- يستنتج طرق جديدة يمارس بها حياته بإبداع.
- يقرِّر أن يعيش حياة الشركة مع اللَّه دائماً، لتصبح حياته مُبدعة.
- يقرِّر المواظبة على حضور القداس الإلهي، ليطلب من اللَّه الحكمة والفهم والمعرفة.

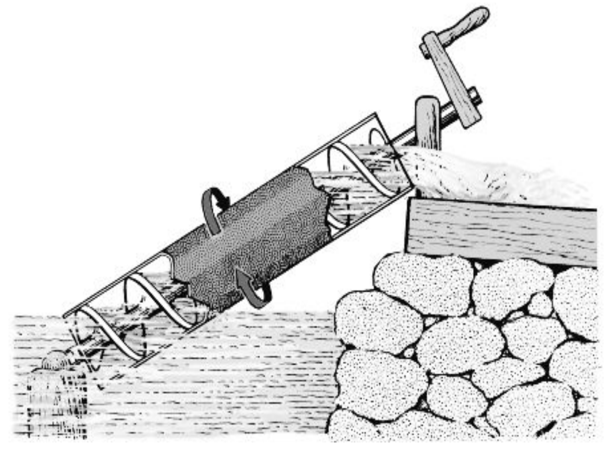
خطوات سير الدرس:

التهيئة:

* كان أرشميدس عالماً ومُفكِّراً ورياضياً وفيلسوفاً ومخترعاً وهو الذي اخترع الطمبور ... كان هذا قبل ميلاد السيد المسيح أي منذ حوالي ٢٢٧٣ سنة، وهو عبارة عن دولاب خشبي مستطيل مفتوح من أعلى ومن أسفل، ويطلق عليه العلماء (لولب أرشميدس).

إذا وضع طرف العلبة الخشبية مع العمود اللولبي داخل ماء النهر (الطمبور) ثم أدرت اليد العليا، فإن العلبة والعمود اللولبي يدوران فيسحب اللولب الماء من النهر وينقله داخل العلبة إلى أعلى فيروي الأرض المرتفعة عن مستوى الماء في النهر.

* استخدم الفلاح المصري القديم الطمبور - ولا يزال - في رفع المياه من النيل ودفعها إلى الأرض لترتوي.
* عندما زار مصر الطبيب الأمريكي " ريتشارد وامبلر " عام ١٩٧٨م أثَّر فيه بشدة رؤيته لـ " الطمبور " أو " لولب أرشميدس " الذي كان الفلاح المصري لا يزال يستخدمه في صعيد مصر لري الأراضي الزراعية ونقل المياه.
* وقد اخترع " وامبلر " جهازاً دقيقاً جداً يقوم على نفس الفكرة ويستطيع بجراحة صغيرة لا تستغرق أكثر من عشرة دقائق أن يدخل طرف هذه المضخة في بُطين القلب، فتقوم بضخ الدم من البُطين إلى الأورطي الذي يوزع الدم على الجسم كله فيمده باحتياجه من الدم.



هذه الآلة أطلق عليها اسم "Hemopump" أي مضخة الدم ، طولها ١,٥ سم وعرضها ٠,٥ سم. هذا الاختراع الحديث الذي تم عام ١٩٧٨م، واستخدم لأول مرة في مايو من عام ١٩٨٨م، وهو مبني على اختراع قديم صممه أرشميدس منذ ٢٢٧٣ عاماً دليلاً على أن العقول الخصبة تأخذ طريقة للإبداع فتلاحظ وتصمم وتخترع وتبتكر وتفيد الإنسانية، كما يجب أن تكون أنت.

عرض الدرس:

- كلَّم الرب موسى أن يصنع خيمة الاجتماع التي يجتمع فيها اللَّه مع شعبه. وقد أعطى اللَّه لموسى كل تفاصيل احتياجات الخيمة بأقسامها وقياساتها ... ورغم أن هذه التفاصيل والدقائق أُعطيت لموسى شخصياً، إلا أنه من الواضح أنه كان من المستحيل على موسى، نسبة لمسئولياته المتعددة، أن يقوم بالعمل أو مراقبته شخصياً بمفرده. لذلك أخبره اللَّه أنه عين ودعا من يقوم بهذا العمل الجليل.
- كان مطلوباً لذلك العمل المقدس صُنَّاع على جانب عظيم من المهارة. وليس ذلك فحسب، بل كان واجباً أن يكونوا رجالاً ذوي قلوب مهيأة لصنع الأشياء المقدسة.
- إن اللَّه وحده هو الذي يعلم أولئك الرجال ويعينهم. ولذلك قال الرب لموسى:

  " وفي قلب كل حكيم القلب جعلت حكمةً، ليصنعوا كل ما أمرتك " (خر ٣١ : ٦).
- ذكر الرب رجلين باسميهما لصنع خيمة الاجتماع، اختارهما وهيأهما، وكان عليهما أن يستخدما مهاراتهما في مختلف الأعمال وليشرفا على الصُنَّاع الآخرين.
- اسم أحدهما " بصلئيل " واسم الثاني " أهوليآب " وهو اسم عبري أيضاً معناه "خيمة آب " وهو من سبط

" دان ". لم تذكر اسماء الصُّناع الآخرين لكن اللَّه هيأهم أيضاً للعمل. لقد ملأهم من روحه، وزودهم وحركهم بالحكمة والمهارة والإبداع.

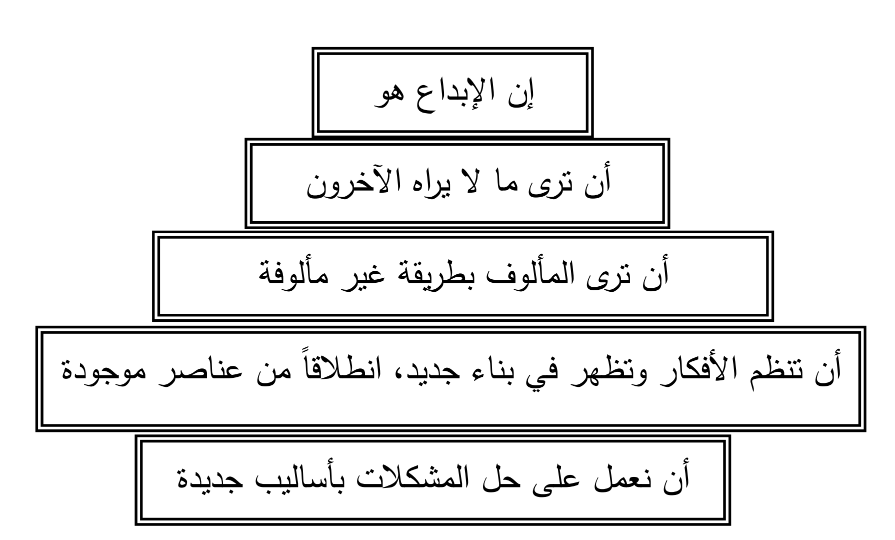
- لقد خلق اللَّه الإنسان على صورته. ففي الإنسان صورة اللَّه في البر وقداسة الحق، كما فيه السيادة والسلطان على سائر المخلوقات. إذن ففي الإنسان جمال وخلق وإبداع. والشخص الحكيم هو الذي يعرف ويفهم ويعمل بما يعرف. ويعمل الشيء المناسب بالطريقة المناسبة.
- ليس الإنسان آلة جامدة، بل هو كائن حي مستقل مُبدِع. إن اللَّه على استعداد أن يعطيك الحكمة والفهم والمعرفة إذا أنت طلبتها بثقة وإيمان غير مُرتاب في قدر نفسك، ولتعش للَّه مجدداً مبدعاً.

ما هو الإبـداع ؟

الإبـداع هو العملية التي تؤدِّي إلى الوصول إلى أفكار جديدة، تكون مفيدة ومقبولة اجتماعياً عند التنفيذ، والإبداع هو العامل الوحيد في تقدم الإنسانية.

فالإبداع فكرة جديدة تقدم شيئاً غير مألوف ... وتبتعد عن التكرار، وفي هذا دعوة إلى النظر إلى الأمور بعين جديدة.

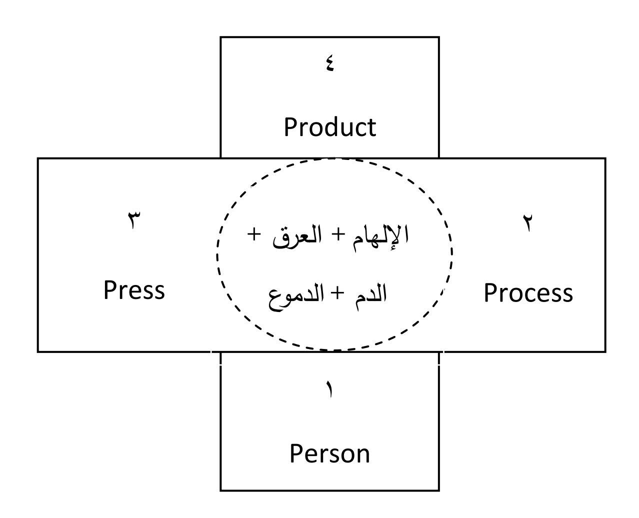
ويمكننا أن نقول:



ويطلقون على الإبداع رمز " 4Ps ":

لأنه يشرح جوانب الإبداع الأربعة:

١. Person: شخص = له خصائص عقلية ونفسية ووجدانية مُتميِّزة.
٢. Process: عملية = العملية الإبداعية التي يمر بها المُبدع في عمله.
٣. Press: البيئة = البيئة الخلاقة التي تُحفِّز على الإبداع.
٤. Product: المُنتج = ظهور إنتاج إبداعي مُتميِّز وجيد.



منظومة الجوانب الأربعة للإبداع

صفات المُبدعين:

١. لديهم **ثقة كبيرة بالنفس** وتصميم وإرادة قوية، مع أهداف واضحة يريدون الوصول إليها.
٢. **يبحثون عن الطرق** والحلول البديلة، ولا يكتفون بحل واحد أو طريقة واحدة.
٣. **يتجاهلون تعليقات الآخرين السلبية** ولا يقفون أمامها طويلاً.
٤. **لا يحبون الروتين** أو النمطية أو التكرار أو على الأدق الإسراف في التكرار.
٥. **لا يخشون الفشل.**
٦. **إيجابيون ومتفائلون.**

" فمَنْ يعرفُ أن يعمل حسناً ولا يعملُ، فذلك خطيةٌ له" (يع ٤ : ١٧).

ومن لا يتوافر فيه هذه الصفات لا يظن أنه غير مُبدع، فبإمكانه اكتسابها حتى تصبح عادات متأصلة لديه، فالإبداع كما يقول العلماء: ليس صفات چينية موروثة، بل مواهب يمكن التعوُّد عليها وغرسها في النفس.

التطبيق:

* عندما نقرأ تاريخ حياة المخترعين والعظماء والأدباء والأطباء والساسة والفنانين وغيرهم، نجد أن الجميع يشتركون في الإنتاج والإبداع.
* فهناك عامل جوهري مشترك يلهم الجميع الحكمة والإبداع والخلق، هذا العامل هو عمل اللّه الذي يُعطي الحكمة والفهم والمعرفة وكل صنعة، وهو كما يقول الرسول يعقوب: **" الذي يُعطي الجميع بسخاءٍ ولا يُعيِّرُ"** (يع ١ : ٥).
* والشخص الحكيم هو الذي يعرف ويفهم ويستخدم المعرفة الحسنة في الحياة العملية كل يوم.
* إن روح اللّه قائم يرشد ويُحكِّم الناس منذ فجر الخليقة، مُتمشياً عبر العصور، وهو مُستعد أن يعمل بك لتُجدِّد وتُبدِع.

التدريب:

لكي تكون مُبدعاً: يجب أن تتصف بصفات المُبدعين الست، بالإضافة إلى ما يلي:

١- يجب أن **تؤمن** بأنك يمكن أن تكون مُبدعاً.

٢- **ابحث** عن حلول - لا تفترض أن الحل الأول هو الأفضل.

٣- **كن مستعداً** للنظر خارج "الممارسات القياسية" المعروفة.

٤- **اطلق العنان للتفكير** بالموضوع وتمتع.

٥- كن مستعداً **لقبول الغموض** ولو لبعض الوقت.

٦- **لا تخف** أن تقول شيئاً خطأ.

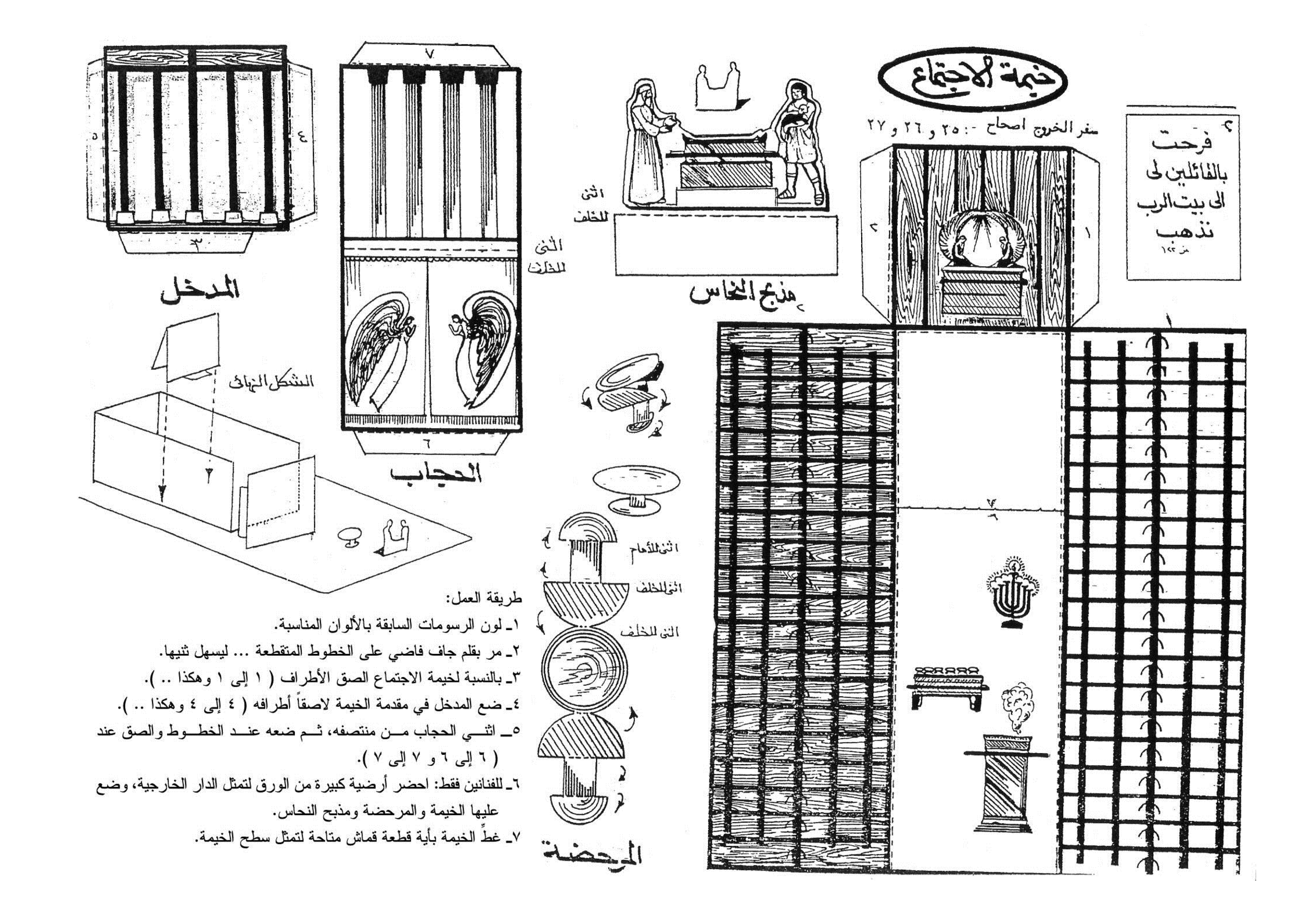
٧- **تحدى** "**القواعد**" و"**الافتراضات**" التي بداخلك.

٨- **لا تعتمد** على الخبراء - أحياناً يكون تفكيرهم محدوداً بخبرتهم.

٩- **لا تكن دائماً منطقياً**، فأحياناً تقودك الأفكار السخيفة إلى أفكار جديدة.

١٠- **كن مستعداً للخطأ** أحياناً.

١١- اعمل على التغلب على الخوف، وذلك بالاتكال على اللَّه، "**علـى اللَّـه توكّلـتُ فـلا أخـاف**". **(مز ٥٦ : ٤)**



طريقة العمل:

١ـ لون الرسومات السابقة بالألوان المناسبة.

٢ـ مر بقلم جاف فاضي على الخطوط المتقطعة ... ليسهل ثنيها.

٣ـ بالنسبة لخيمة الاجتماع الصق الأطراف (١ إلى ١ وهكذا ..).

٤ـ ضع المدخل في مقدمة الخيمة لاصقاً أطرافه (٤ إلى ٤ وهكذا ..).

٥ـ اثني الحجاب من منتصفه، ثم ضعه عند الخطوط والصق عند (٦ إلى ٦ و ٧ إلى ٧).

٦ـ للفنانين فقط: احضر أرضية كبيرة من الورق لتمثل الدار الخارجية، وضع عليها الخيمة والمرحضة ومذبح النحاس.

٧ـ غطِّ الخيمة بأية قطعة قماش متاحة لتمثل سطح الخيمة.



أبطال داود الثلاثة : أبيشاي ، بناياهو ، عسائيل

(الشجاعـة)

المـراجع:

- الكتاب المقدس (٢ صم ٢٣ : ١٣ - ٢٠).
- "سفر صموئيل الثاني" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "سفر صموئيل الثاني" ـ للأرشيدياكون نجيب جرجس.
- "اجعل من طفلك قائداً ناجحاً" ـ تيم المور.

آيـة الـدرس:

" تشدَّد وتشجَّع! لا ترهب ولا ترتعب لأن الرب إلهك معك حيثُما تذهب" (يش ١ : ٩).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف أن اللَّه سيساعدنا كي نكون شجعاناً وأبطالاً.
- يشعر بالثقة والاطمئنان لأن اللَّه معنا في كل زمان ومكان.
- يستنتج أن سر شجاعة الأبطال الثلاثة: هى ثقتهم بأن اللَّه معهم وأن يده تسندهم.
- يفهم أن من يريد أن يكون بطلاً وشجاعاً يجب عليه أن يحيا حياة الشركة مع اللَّه، ويثق أنه معه في كل مواقف الحياة.
- يقرر أن يحضر القداس الإلهي الأسبوع المقبل، ليقدم الشكر للَّه لأنه معنا في كل حين وفي كل مكان.
- يقرر التقدم للتناول من الأسرار المقدسة ليثبت في المسيح، ويحيا حياة الشركة الحقيقية لينال الشجاعة الحقيقية.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة:

- احضر الأدوات الآتية: (عدة أعواد كبريت، مسمار صُلب، خيط).
- اتبع الخطوات التالية:

• امسك عود كبريت مفرداً، ودع أحد المخدومين يحاول أن يكسره.

ستلاحظ أن عود الكبريت (الذي يمثل الإنسان بدون اللَّه) سينكسر بسهولة، لأنه ضعيف وقابل للكسر بسهولة.

- اربط عود الكبريت بالمسمار الصلب بواسطة الخيط، ثم اطلب من نفس المخدوم أن يحاول كسره.

نلاحظ أن عود الكبريت الضعيف أصبح من الصعب كسره لأنه أصبح قوياً بارتباطه وثباته في المسمار.

❖ الإنسان الضعيف عندما يرتبط باللَّه فأنه يستطيع أن يصبح بطلاً عظيماً ... واليوم سنتعرف على ثلاثة من الأبطال الشجعان الذين أظهروا محبة لقائدهم داود في إحدى المعارك.

عرض الدرس:

- بعدما أصبح داود ملكاً على إسرائيل، عاد الفلسطينيون لمحاربة الشعب، فقامت عدة معارك قوية، وذات يوم جاء أحد الجنود وأخبر داود أن الفلسطينيين قد حاصروا " بيت لحم " ونهبوها، فجمع داود سبعة وثلاثين من أشجع رجاله وذهب لمقاتلتهم.
- وعندما سمع أبيشاي وبناياهو وعسائيل - وهم ثلاثة من أشجع قادة جيش داود - بهذا الخبر، انضموا إلى المحاربين.
- وفي بلدة يهوذا، شعر داود بالعطش، وتمنّى لو استطاع أن يشرب من ماء البئر الموجود بمدخل " بيت لحم " ولكن، كانت هناك مخاطرة كبيرة فجيش الفلسطينيين يقيم معسكره حول هذا البئر.
- ومع ذلك صمم الأبطال الثلاثة أن يضحوا بأنفسهم ويخاطروا بحياتهم لكي يحققوا أمنية قائدهم "داود"، فزحفوا في هدوء بين معسكر الأعداء، وأحضروا الماء لـ " داود ".
- تعجب " داود " جداً من شجاعة جنوده الذين أظهروا حُبهم لقائدهم، وجاذفوا بحياتهم من أجله، ولكي يُظهِر لهم مدى تقديره لمحبتهم، قرر أن يقدم هذه المياه تقدمة للرب بدلاً من أن يشربها، وشكرهم على هذا العمل البطولي.

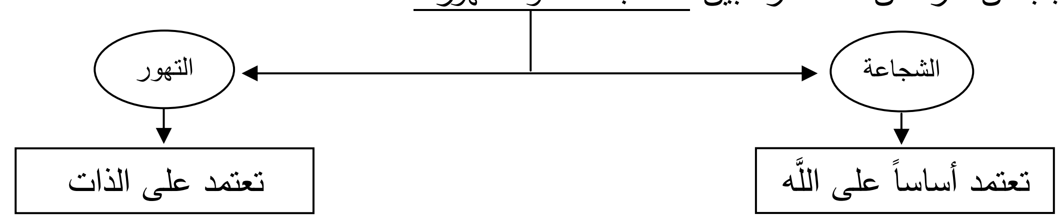
❖ إن اللَّه مستعد أن يساعدنا كي نكون شجعاناً، وأبطالاً، وذلك إذا طلبنا منه أن يعطينا الشجاعة، لأن اللَّه معنا في كل مكان، وفي كل زمان.

+ ولكن ما هو سر الشجاعة الحقيقية، وما هى مُميزاتها، وكيف نحصل عليها؟

- سر الشجاعة الحقيقية:

الشجاعة الحقيقية هى صفة من صفات الأبطال، والسر فيها يرجع إلى أنها تعتمد على اللَّه وحده.

ويجب أن ندرك أن هناك فرقاً بين " الشجاعة " و" التهور ".



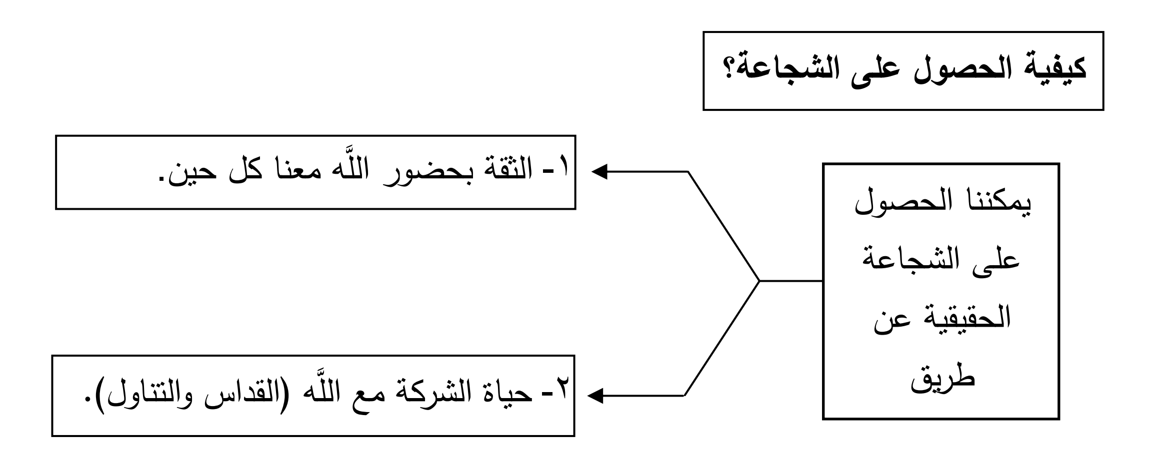
- مميزات الشجاعة الحقيقية:

١- عدم الخوف.

٢- التواضع وإنكار الذات: فاللَّه هو مصدر الانتصار الوحيد.

٣- توقع النتائج التي تمجد اللَّه: الشجاعة الحقيقية تستند على اللَّه، فهى تتوقع دائماً النتائج التي تمجد اللَّه، لأنه وعدنا بذلك في الكتاب المقدس.

التطبيق:



+ يمكننا الحصول على الشجاعة الحقيقية إذا توافرت لنا الشروط الآتية:

١- الثقة بحضور اللَّه معنا كل حين:

الشجاعة الحقيقية تعتمد أساساً على اللَّه، ولذلك يجب أن نثق بحضور اللَّه معنا كل حين، وهذه الثقة نستمدها من مواعيد اللَّه الكثيرة التي تؤكد حضوره معنا في كل وقت، وفي كل مكان لأنه القائل:

" **وها أنا معكم كل الأيام إلى انقضاء الدهر** " (مت ٢٨ : ٢).

" **لا تخف لأني معك** " (إش ٤١ : ١٠).

" **تشدَّد وتشجَّع! لا ترهب ولا ترتعب لأن الرب إلهك معك حيثما تذهب**" (يش ١ : ٩).

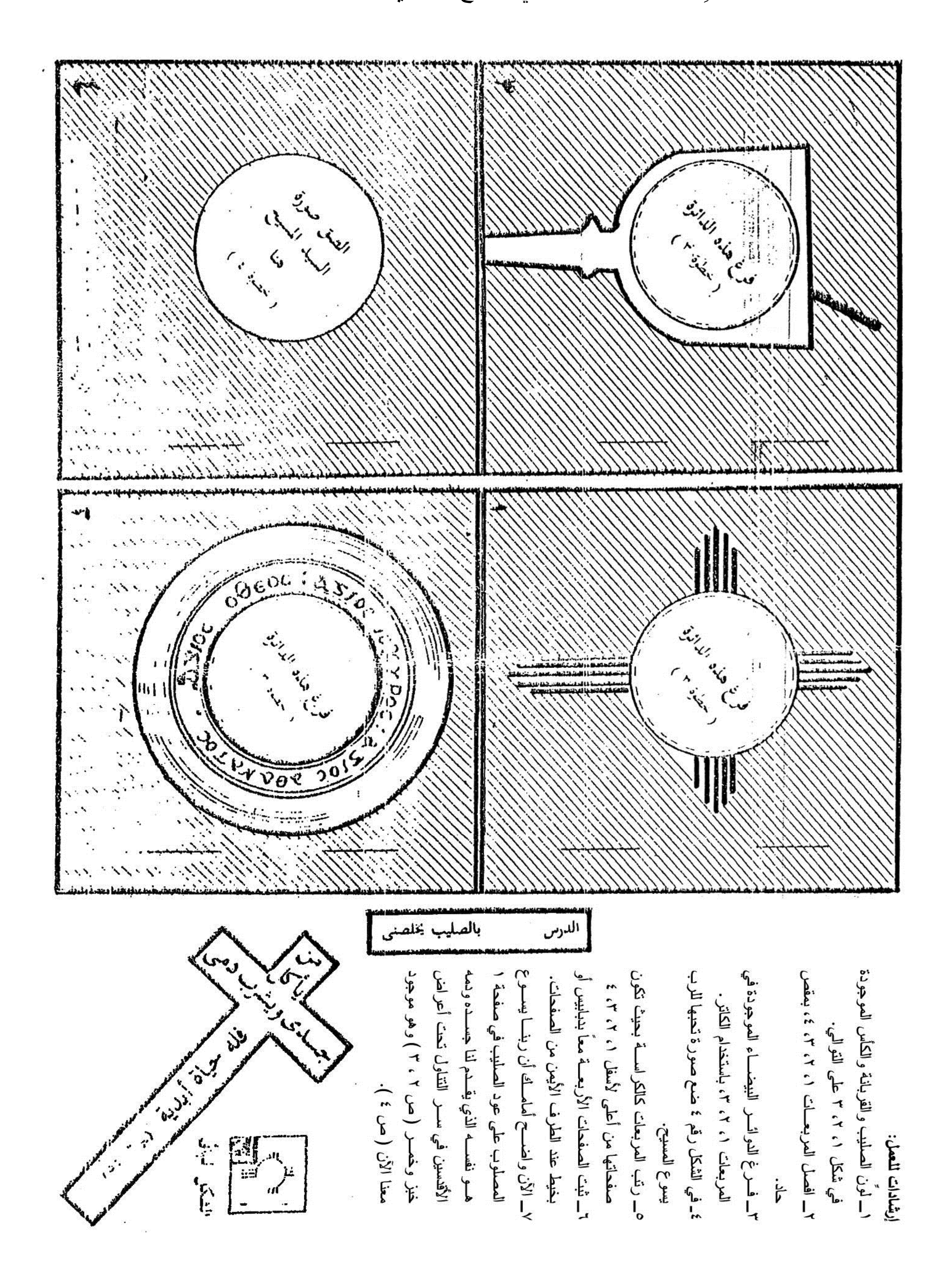
٢- حياة الشركة مع اللَّه (القداس + التناول):

عندما نحيا مع اللَّه حياة حقيقية، ونواظب على التناول من جسد الرب ودمه والتقدم للأسرار المقدسة، نحصل على قوة الروح القدس التي تمنحنا الشجاعة الحقيقية، والتفكير المتزن والتحكم في الأعصاب وضبط النفس، مما يحفظنا من التهور في أي من الأمور.

التدريب :

+ اقرأ قصة "داود" و"جليات" (١ صم ١٧ : ٣٢ - ٥١)، ثم اذكر ما هو السبب الذي جعل "داود" يتصرَّف بشجاعة؟ ومَنْ الذي أعطاه هذه القدرة ليكون شجاعاً؟

+ لاحظ أن الشجاعة تعني أن تقوم بالعمل الذي تُكلَّف به، وأن تتخلَّص مما هو مألوف وتحاول القيام بأشياء جديدة، وأن تُظهِر التماسك والثبات في الدفاع عن أي قضية تثق بها.





مفيبوشث ـ معنى الحيـاة

المراجع:

- الكتاب المقدس (٢ صم ٤ : ٤)، (٢ صم ٩ : ١ ـ ١٤)
- "مَنْ هو الإنسان؟" ـ للبابا شنوده الثالث.
- "الإنسان الروحي" ـ للبابا شنوده الثالث.
- "سفر صموئيل الثاني" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "سفر صموئيل الثاني" ـ للأرشيدياكون نجيب جرجس.

آيـة الـدرس:

" وأمَّـا أنا فقد أتيت لتكـون لهم حياةٌ ويكـون لهم أفضلُ" (يو ١٠ : ١٠).

أهـداف الـدرس : في نـهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يُدرِك أن للَّه قصد في حياته.
- يفهم أن قصد اللَّه في حياته هو النمو المستمر، عن طريق التعرف المستمر لفكر اللَّه وإخضاع إرادته لمشيئة اللَّه.
- يعرف أن غاية الحياة الرئيسية وهدفها أن نحيا مع المسيح والقديسين في ملكوت السموات.
- يستنتج أنه ما دام المسيح هو الحياة، فإن من يثبت في المسيح، يثبت في الحياة.
- يُدرك أن التوبة هى طريق الحياة.
- يقرر أن يتقدم للتناول من سر الافخارستيا الأسبوع القادم، فهو الطعام الروحي الذي يؤهِّل للحياة الأبدية.
- يقرر أن يحضر القداس الإلهي ليقدم الشكر للَّه لأنه منحنا الحياة والفداء، وافتدانا بدمه، ودُعيَ اسمه علينا.
- يشعر بالفرح لأن اللَّه أعدّ لنا مكاناً لكي نعيش معه في الأبدية السعيدة.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة: + ذكر أحدهم أن هناك نوعين من الناس:

١- نوع يشبه النحل: فالنحلة تبحث وتهبط على كل ما هو حلو وجيد وجميل، فهم أصحاب الأفكار الجيدة والمبادئ السامية، الذين يفكِّرون ويبحثون عن كل ما هو جيد.

٢- نوع آخر من الناس يشبه الذباب: فالذباب يهبط على القاذورات والنفايات، تاركاً الأزهار الجميلة. هؤلاء لا يهتمون بحياتهم، إنما كل ما يهمهم هو البحث عن الشهوات والملذات.

❖ إن الإنسان المسيحي كالنحل، يهتم بحياته، ويبحث عن كل ما هو جميل وجديد، لذلك:
إن الغرض الرئيسي للحياة هو أن نحيا الحياة التي لا نهاية لها، مع المسيح والقديسين في ملكوت السموات.
"**إن اللّه اختاركم من البدء للخلاص، بتقديس الروح وتصديق الحق**" (٢ تس ٢ : ١٣).

عرض الدرس:

- يحدثنا الكتاب المقدس عن أمير أعرج اسمه "مفيبوشث"، هذا الأمير هو حفيد الملك "شاول" وابن "يوناثان" صديق الملك "داود".
- بينما كان "مفيبوشث" صغيراً، مات الجِد والأب في الحرب، فخافت مربيته من الأعداء فأخذته وهربت به إلى مكاناً آمِنٍ، وأثناء هروبهما وقع الطفل الصغير فأصيبت كلتا رجليه، وأصبح أعرجاً منذ ذلك الوقت.
- عندما أصبح "داود" ملكاً على الشعب، تذكّر صديقه "يوناثان"، وأخذ يبحث عن طريقة يرد بها شيئاً إلى صديقه الذي أحبه، فأخذ يتساءل: "**هل يوجد بعد أحدٌ قد بقيَ من بيت شاول، فأصنع معه معروفاً من أجل يوناثان؟**" (٢ صم ٩ : ١).
- فأخبره أحدهم أنه يوجد ابن صغير ليوناثان اسمه "مفيبوشث"، وهو يعيش فقيراً وأعرجاً بكوخ فقير في لودبار.
- فلمّا علم "داود" أرسل لإحضاره في الحال، وعندما حضر "مفيبوشث" انحنى وسجد لداود، فقد كان خائفاً جداً وظن أن داود سيقتله انتقاماً من جِده شاول.
- لكن العجيب أن داود قام من عرشه واحتضنه وقال له: إنه سيرد له كل حقول "شاول"، وإنه من اليوم سيكون ضيفاً على مائدة الملك ليأكل معه كل يوم.

❖ وكما كان "داود" رحيماً مع "مفيبوشث"، فاللّه رحوم بنا أيضاً، فقد جاء ليُخلِّصنا من خطيتنا وليُعد لنا مائدة سماوية لنعيش معه في السموات.

ـ ما هى الحياة؟

- الحياة ليست مجرد أنفاس تتردد أو قلب ينبض، ولكن الحياة الحقيقية هى أن تثبت في المسيح لأنه هو القائل: "**أنا هو القيامة والحياة**" (يو ١١ : ٢٥).
- وما دام المسيح هو الحياة، فإن من يثبت في الحياة يكون من الناحية الروحية كائناً حياً ... حيث المسيح يحيا فيه، والروح القدس يسكن فيه.

ـ لماذا نعيش للرب؟

١- لأننا خليقته، هو الذي منحنا هذه الحياة: فقد خلقنا كشبهه، وعلى صورته ومثاله (تك ١ : ٢٦).

٢- لأنه فدانا، واشترانا بثمن، فصرنا له:

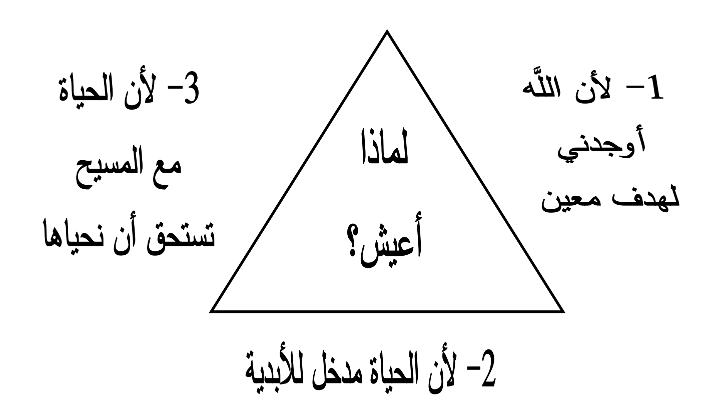
" فمجِّدوا اللَّه في أجسادكم وفي أرواحكم التي هى للَّه" (١ كو ٦ : ٢٠).

٣- لأننا أولاده ... دُعيَ علينا اسمه:

" كل من هو مولودٌ من اللَّه لا يفعل خطيةً، لأن زرعه يثبت فيه، ولا يستطيع أن يُخطئ لأنه مولودٌ من اللَّه " (١ يو ٣ : ٩).

٤- نعيش للرب، لأنه هذه هى الحياة الحقيقية:

اللَّه هو الحياة (يو ١١ : ٢٥)، (يو ١٤ : ٦) فمن يلتصق به يلتصق بالحياة، ويكون حياً بالحقيقة.



التطبيق:

كيف ننال الحياة الحقيقية؟

١- هذه الحياة الحقيقية تبدأ بالإيمان في المعمودية:

" لأن كلكم الذين اعتمدتم بالمسيح، قد لَبِستُم المسيح" (غل ٣ : ٢٧).

٢- بالتوبة:

" فتوبوا وارجعوا فتُمحَى خطاياكم " (أع ٣ : ١٩).

٣- بترك الخطية والسلوك بالروح.

٤- بالتناول من سر الافخارستيا: (يو ٦ : ٤١ - ٥٨).

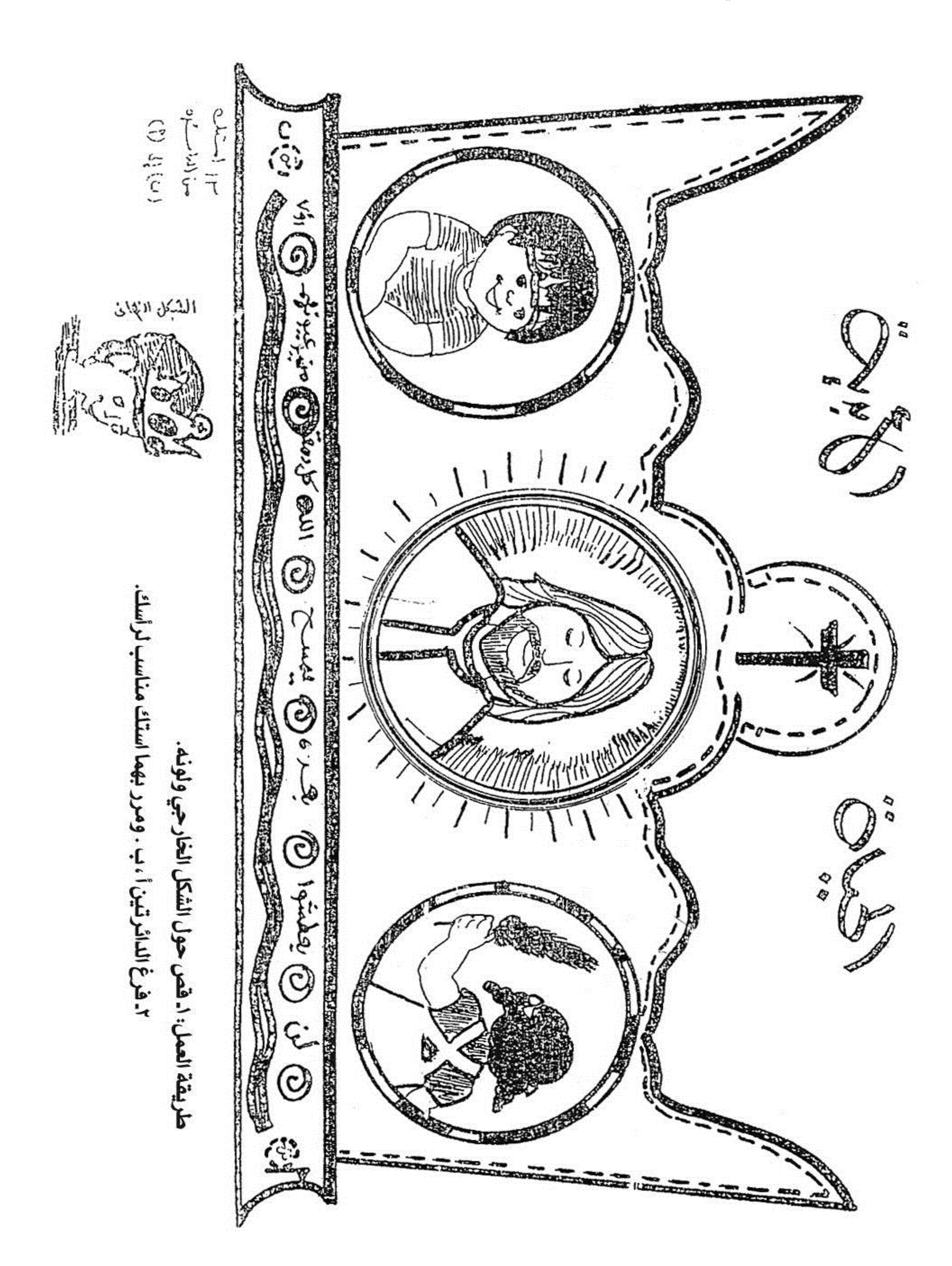
عندما نتقدم للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسيْن نثبت في المسيح ويثبت هو فينا، ننمو ونثمر للحياة الجديدة، ونكون مؤهلين للحياة الأبدية.

٥- بالمواظبة على قراءة كلمة اللَّه:

فاللَّه يوصينا أن نقرأ الكتاب المقدس ونعمل به، ونتأمل فيه، كذلك القراءات الروحية وسير القديسين التي قال عنها الآباء أنها مثل: "الماء للغرس الجديد".

التدريب:

نتدرب أن نعيش للرب هنا على الأرض، لكي نستحق أن نعيش معه في الأبدية السعيدة، وذلك بالتقدم للتناول من جسد الرب ودمه أسبوعياً، وكذلك الحرص على كل الوسائط الروحية التي هى سبب للحياة (مثل حضور القداس الإلهي، حضور مدارس الأحد، قراءة سير القديسين، ...).





المراجع:

- الكتاب المقدس (أس ١، ٢).
- "تفسير سفر أستير" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "الشخصيات النسائية في الكتاب المقدس" ـ للقس يوحنا حنين.
- "تفسير سفر أستير" ـ للأرشيدياكون نجيب جرجس.
- "كل نساء الكتاب المقدس" ـ هربرت لوكير.

آية الدرس:

"اصحوا واسهروا. لأن إبليس خصمكم كأسدٍ زائرٍ، يجول ملتمساً مَنْ يبتلعه هو. فقاوموه، راسخين في الإيمان" (١ بط ٥: ٨، ٩).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يُدرك كيف يقول " لا " للخطية، عن طريق مقاومة إغراءات الشيطان.
- يعرف أن الطريق المباشر لدخول الحياة الأبدية هو أن يقول: "لا" لفعل الخطية (كذب، عدم طاعة، ...).
- يفهم كيف يقاوم الخطية وكيف ومتى يقول: "لا".
- يقرر أن يضبط نفسه، ولا يدخل في مفاوضات مع الشيطان لكي يكون له نصيب في الحياة الأبدية، ويستمتع بالحياة مع المسيح والقديسين.
- يقرر أن يقول: " لا " للخطية، وأن يقول: "نعم" للسيد المسيح، مواظباً على التقدم لسر الافخارستيا أسبوعياً وحضور القداس الإلهي.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

+ قم بتحضير الأدوات الآتية:

زجاجة مياه (لتر أو ٢ لتر) بلاستيكية، ماء، دبوس إبرة سميك، إناء بلاستيك مفلطح.

+ اتبع الخطوات التالية:

١- قم بثقب قاع الزجاجة مستخدماً الدبوس عدة ثقوب، ثم ارفع الزجاجة بعد ملئها بالماء، واغلقها جيداً.

نلاحظ عدم نزول الماء (فالهواء تحت الزجاجة يقاوم الجاذبية الأرضية مانعاً سقوط الماء).

٢- انزع غطاء الزجاجة:

نلاحظ سقوط الماء من الزجاجة بشدة (فنزع غطاء الزجاجة سمح بدخول الهواء الذي دفع الماء إلى أسفل).

٣- الشرح:

يشرح الخادم التجربة السابقة موضحاً أن: الإنسان مثل هذه الزجاجة، فهو عندما يدخل في مفاوضات مع الشيطان، يشبه الزجاجة عندما نزع غطاؤها فدخل الهواء ونزل منها الماء وصارت فارغة، كالإنسان الذي سمع إغراءات الشيطان، وفعل الخطية.

- القدرة على قول: " لا " للشيطان تمكننا من أن نحيا حياة أفضل، لأن الشيطان يغرينا بأن نستسلم للخطية (كذب، شتيمة، سرقة، عدم طاعة، عدم حضور القداس الإلهي والتناول من الأسرار المقدسة، ...).

- القدرة على قول: " لا " للخطية ← تمكننا من أن ننال الحياة الأبدية، وأن نحيا حياة أفضل مع المسيح والقديسين.

عرض الدرس:

* كانت هناك أميرة فارسية رائعة الجمال وقوية الشخصية تُدعَى "وشتي"، وقد كانت متزوجة من الملك "أحشويرش" ملك الفرس، الذي امتد مُلكه من "الهند" إلى "أثيوبيا" منتصراً على ما يزيد عن ١٢٧ مملكة.
* وذات يوم جلس الملك "أحشويرش" على كرسي مُلكه الذي في "شوشن القصر"، وصنع وليمة كبيرة لجميع الشعب حضرها المئات والمئات من الضيوف، وقد استمرت هذه الحفلة لمدة سبعة أيام متتالية، وكان شرب الخمر عادة لهذه الشعوب في ذلك الزمان، حيث كان يُقدَّم في مثل تلك الحفلات.
* وفي اليوم السابع، أراد الملك أن يعرض لضيوفه ثرواته وممتلكاته، كذلك أراد أن يظهر لهم أعز ما يملك وهى زوجته "وشتي"، التي كانت أجمل سيدة في المملكة، لذلك أمر بإحضارها مرتدية ملابسها الملكية أمام الضيوف.
* وقد كان طلب الملك "أحشويرش" بإحضار الملكة، إهانة لكرامة الملكة "وشتي"، فالتقاليد الفارسية كانت تحتم على الملكة أن تحتجب أثناء تلك الولائم التي كانت تقدم فيها الخمور، حيث لا يحضرها سوى الجواري والخدم. لذلك احترمت الملكة "وشتي" نفسها وحفظت كرامتها كملكة، ورفضت الحضور.
* غضب الملك "أحشويرش" جداً عندما علم برفض "وشتي" الحضور، فأصدر أمراً بعزلها من المُلك وطردها من القصر.

* لقد ضحّت "وشتي" بمنصبها كملكة عندما رفضت أن تنفذ طلب "أحشويرش" المخمور، أن يعرض وجهها الجميل أمام السكارى في حفلة الملك.
لقد قالت "وشتي": لا ... للأمر الذي يجرح مشاعرها، وفضلت الطرد وترك القصر على المهانة محتفظة بكرامتها.

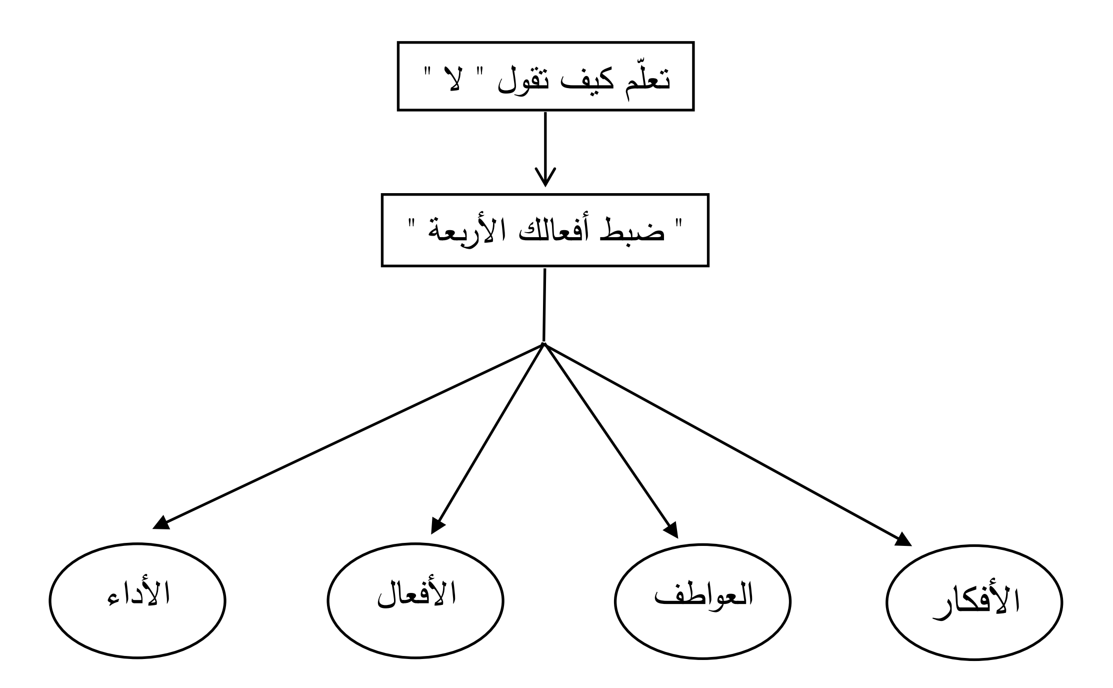
❖ ونحن أيضاً لكي نحتفظ بمركزنا كأبناء للّه، علينا أن نقول: " لا " للشيطان، حتى لا نقوم بأفعال تحرمنا من الحياة مع المسيح في السموات.

التطبيق:

+ تعلم كيف تقول " لا ":

١. تدرب أن تقول: " لا " بإيجابية لنفسك وللشيطان، حين يغرينا الشيطان بفعل الخطية (عدم حضور القداس الإلهي، عدم التقدم لسر الافخارستيا، الكذب، عدم طاعة والدينا، السرقة، الكذب، الشتيمة، الحلفان، عدم الصوم، ...)

٢. لكي ننتصر على الشيطان يجب أن تكون لنا القدرة على أن نضبط الأفعال الأربعة:
(أفكارنا + عواطفنا + انفعالاتنا + أداءنا)، وحينئذ تشعر بالسعادة وتصبح في أسعد حال، ونكون مؤهلين لنوال الحياة الأبدية.



التدريب :

قل: " لا " – في بعض الأوقات – لنفسك، وقل: " لا " – دائماً للشيطان، وذلك بالمواظبة على التقدم للتناول من الأسرار المقدسة لنثبت في المسيح، وبطاعة وصايا اللّه.
(المداومة على صلوات السواعي، حضور القداس الإلهي، قراءة الكتاب المقدس).

ارسم الملابس الجميلة التي كانت ترتديها الملكة وشتي







المـراجـع:

- الكتاب المقدس (يش ٣ - ٦).
- "يشوع" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "يشوع" ـ للقمص بيشوي كامل.
- "كلمات مضيئة (١أ)" ـ للقمص أنطونيوس كمال.
- "الشباب والطاقات" ـ للأنبا موسى.
- "الدافعية والانفعال" ـ إدوارد موراي.

آيـة الـدرس:

" كل ما تَجِـدُه يـدك لتفعله فافعله بقوَّتـك " (جا ٩ : ١٠).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يُدرك أنه لا يوجد مستحيل عند اللَّه.
- يعرف أن اللَّه يستجيب دائماً لصلاة الإيمان.
- يستنتج أن بالإيمان والطاعة لأوامر اللَّه ننتصر على الأعداء الروحيين وليس بقوتنا الشخصية.
- يتأكد أن الرب يسوع يساعدنا في أي مشكلة إذا ما طلبناه بإيمان وطاعة وثقة.
- يشكر اللَّه لأنه دائماً معنا يساعدنا وينقذنا من كل ضيق.
- يقرر أن يعمل كل شيء بكل طاقته لينجز أي شيء مطلوب منه.
- يقرر المواظبة على وسائط النعمة أسبوعياً حتى يعطيه اللَّه نعمة ومعونة لإنجاز مذاكرته، وليثبت في المسيح وينال الحياة الأبدية.

خطوات سير الدرس:

التهيئـة:

- ذات يوم ورث أحد الشباب حقلاً، ولكنه أصيب بخيبة أمل، لأن الحقل كان في حالة سيئة للغاية (مملوء أعشاب، حُفَر، حشرات، غير مستوي ...).
- وأخيراً نام الشاب على حافة الحقل وهو حزين جداً.

- وذات يوم جاء خاله لزيارته وقال له:
- " إذا أردت أن تنام في الحقل فقم كل يوم بتنظيف متراً من الحقل ونام فيه، ولا تنام في نفس المكان الذي نظفته أمس.
- فكر الشاب في هذه الكلمات وفهم ما هو المقصود، وصار ينظف كل يوم متراً من الحقل ولا ينام فيه بل يزرعه.
- وبعد عدة شهور استدعى خاله ليساعده في جمع المحصول، شاكراً له نصيحته.

- **لقد استطاع هذا الشاب أن يُنجِز مهمة زراعة الحقل، بأن اتبع خطوات متتالية ساعدته على تحقيق ما يريد فهو:**

١- عمل على إصلاح ما أُفسِدَ أول بأول.
٢- السعي نحو الهدف.
٣- التخلُّص من أحلام اليقظة.

- **وهناك في الكتاب المقدس شخصية عظيمة استطاعت أن تنجز المهمة الصعبة التي كُلِّفت بها، وهى مهمة دخول شعب اللَّه إلى أرض الموعد.**

عـرض الـدرس:

- بعد أن رجع المستكشفون إلى أرض الموعد، أخبروا يشوع أن الرب قد رفع الأرض لهم، لأنه أذاب قلوب كل سكان الأرض.
- عمل الكهنة تابوت العهد وعبروا نهر الأردن أمام الشعب، حيث انشق نهر الأردن أمامهم، وفي الجلجال (يشوع) والشعب عملوا الفصح وأكلوا من غلة الأرض فانقطع الْمَنَّ.
- ظهر رئيس جند الرب ليشوع، وكلفه بالدوران حول مدينة أريحا مرة واحدة لمدة ستة أيام وفي اليوم السابع يدورون حول المدينة سبع مرات.
- أطاع يشوع وفعل كما أمره رئيس جند الرب، فسقطت الأسوار وأخذوا المدينة وقتلوا من فيها (ما عدا راحاب وأهل بيتها).
- علينا نحن أيضاً أن نطيع اللَّه حتى لو لم نفهم أوامره، كما كانت أوامر اللَّه تبدو غير معلومة في أيام العبرانيين.

- **لقد وعد اللَّه أن يساعدنا في أي مشكلة إذا ما طلبناه:**

١- بإيمان (نعتمد على اللَّه ولا نتكاسل).
٢- وطاعة (لو ١٧:٦).

- **أهم صفات يشوع كما يتضح من هذه القصة:**
  ١- يشوع الخادم المتواضع.
  ٢- يشوع المتمسك بكلمة اللَّه وحفظها: (يش ١ : ٨، ٨ : ٣٥).
  ٣- كلمة اللَّه، وقراءة كلمة اللَّه للشعب.
  ٤- يشوع صاحب الشركة المستمرة مع اللَّه.

- **أسلحة الحرب التي استخدمها يشوع: (يش ٥)**
  ١- الختان = المعمودية (دفن مع المسيح).
  ٢- الفصح= التناول (شركة في الأسرار).
  ٣- غلة الأرض= المَنَّ = (الشبع بالمسيح).
  ٤- دفاع اللَّه عنا.

- **عندما كان يشوع يستعد للحرب ظهر له رئيس جند الرب ليؤكد له:**
  ١- الحرب للرب (أف ٦ :١٢).
  ٢- اللَّه مصدر كفايتنا.

التطبيق:

- الدافع إلى الإنجاز هو: الأداء في ضوء مستوى الامتياز للرغبة في النجاح.
- والدافع إلى الإنجاز يؤدي إلى: تسهيل التعلُّم والأداء، حيث يتعلّم الاستجابات بصورة أسرع وأحسن.

- **صفات أصحاب الدافع القوي للإنجاز:**
  ١- الثقة بالنفس.
  ٢- تفضيل المسئولية الفردية.
  ٣- الحصول على درجات مدرسية طيبة.
  ٤- النشاط.
  ٥- مقاومة الضغط الاجتماعي الخارجي.
  ٦- التمتع بالمخاطرة المعتدلة.
  ٧- توافر صفات رجل الأعمال الطموح فيهم.

- **كيف يمكننا وضع سياسة لمشكلة ما، وإنجاز أي شيء يُطلب منا:**
  ١- الدراسة. Study .
  ٢- وضع خطة. (ثم تُقسَّم الخطة إلى مشروعات) Planning .

٣- التنفيذ. Implementation .

٤- المتابعة. Follow up .

٥- التقييم. Evaluation .

٦- التعديل. Modification .

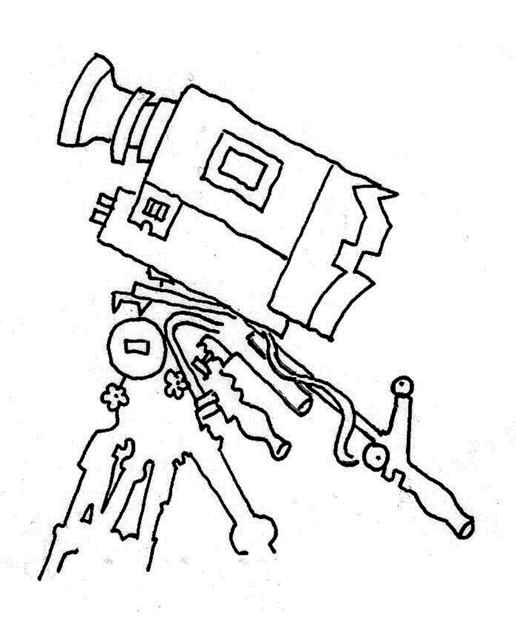
٧- ثم إعادة تقييم، وإعادة تعديل. Reevaluation and Remodification .

التدريب:

ضع خطة يومية للاستذكار من بداية العام الدراسي، على أن يكون أول خطوة في الخطة قراءة أصحاح من الكتاب المُقدَّس يومياً.

ارسم مناظر لفيلم يصف سقوط أسوار أريحا (يش ٦ : ٢ ـ ٢٠)







عوبديـا ـ التقـوى

المراجع:

- الكتاب المقدس.
- "تفسير سفر الملوك الأول" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "تفسير رسالة بطرس الرسول الثانية" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "تفسير سفر الملوك الأول" ـ للأرشيدياكون نجيب جرجس.

آيـة الدرس:

"طـوبى للرجل المُتَّقي الرب، المسرور جدّاً بوصاياه" (مز ١١٢ : ١).

أهداف الدرس : في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف قصة عوبديا الشاب الذي عاش يتَّقي اللَّه.
- يفهم معنى " التقوى ".
- يدرك أن التقوى هى مخافة الرب في السر وفي العلن.
- نستنتج أن مخافة الرب تجعل لنا الضمير الحي، وتولِّد فينا الطاعة الكاملة له.
- يقرر أن يواظب على التقدم للأسرار المقدسة لكي يحيا ويتمتع ببركات التقوى.
- يقرر أن يروِّض نفسه للتقوى كل حين، فيحفظ نفسه طاهراً من جهة الفكر والعواطف والتصرفات.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة:

- كان أخاب ملكاً شريراً، واقترن بإيزابل التـي أغوته وأبعدته عن طريق الرب، فانتشر الشر والفساد في كل مكان، حتى أنهم دعوا إلى "عبادة البعل".
- ولكنه في وسط هذا الظلام الدامس ظهرت شخصية تقية ... فمَنْ هو؟

عرض الدرس:

- كان عوبديا رئيساً في القصر الملكي في عهد أخاب ـ الملك الشرير ـ ولكنه كان يمتاز بثلاث صفات هامة:

١- عوبديا والتقوى المبكرة:

- قال لإيليا: "**أنا عبدك أخشى الرب منذ صباي**" (١مل ١٨ : ١٢).
- حَمَلَ النير منذ صباه ⟵ تقوى مبكرة.

٢- عوبديا والتقوى العملية:

- لم تكن له التقوى المزيفة ⟵ بل تقوى حقيقية + مثمرة.
- وعندما قتلت إيزابل أنبياء الرب، خبأ عوبديا ١٠٠ من أنبياء الرب، كل خمسين منهم في مغارة.
- نجاهم من الموت، وكان يعولهم سراً من ماله الخاص (١ مل ١٨ : ١٣).

٣- عوبديا والتقوى رغم الوسط الشرير:

- كان عوبديا وحده في قصر أخاب الشرير، كنجم ساطع في الظلام، وكَوردة بين الأشواك، مثل:
  - يوسف ⟵ في بيت فوطيفار وقصر فرعون.
  - دانيال ⟵ في قصر نبوخذ نصر.
  - مردخاي ⟵ في قصر أحشويرش.
  - صموئيل ⟵ وسط الكاهنين الشريرين ابني عالي الكاهن.

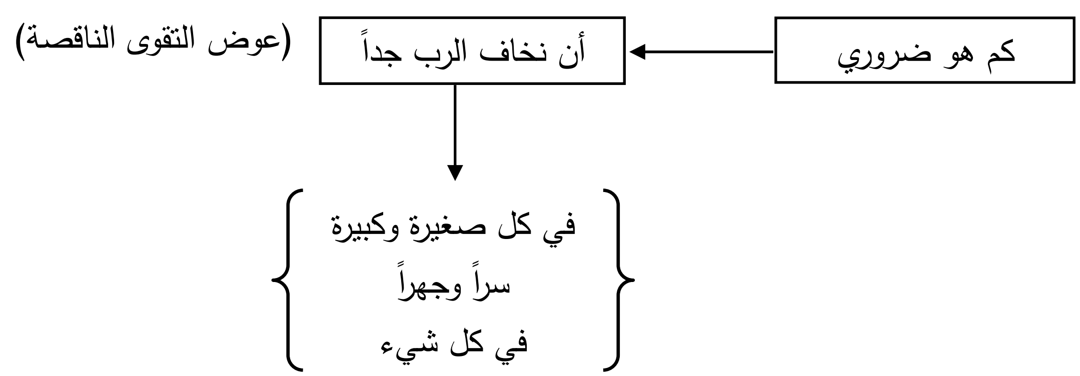
❖ **عوبديا تمسك بإلهه وتقواه:**

- لقد كان عوبديا يحيا حياة التقوى في محيط العمل:
  - الأمانة
  - الإخلاص في العمل
  - التفاني في الخدمة

} "مخافة اللّه في كل تصرُّف".

❖ **مخافة الرب تجعل لنا:**

- الضمير الحي الشديد الحساسية.
- الامتناع الكُلّي عن كل ما يُغضب اللّه.
- تولِّد فينا الطاعة الكاملة لوصاياه.



التطبيق:

❖ **التقوى:**

- هى مخافة الرب في السر والعلن، وإعطاؤه المهابة، والإقدام، والتوقير، والإكرام.
- وهى تختلف عن "الخوف من الرب"، الذي هو نتيجة العصيان والشعور بالذنب، والخوف من نتائج الخطية.

* الخوف يختلف عن المخافة.

الخوف من الرب	مخافة الرب
نتيجة العصيان أو الشعور بالذنب أو الخوف من نتائج الخطية	وضع الإنسان المخلوق في وضع: الطاعة الخضوع الولاء الحب التقدير للَّه الخالق، الواهب الحقيقي لكل شيء.

❖ **سمات التقوى:**

١- الشعور الدائم بحضور اللَّه:

" جعلت الرب أمامي في كل حينٍ " (مز ١٦ : ٨).

٢- محبة الرب وطاعة صوته:

" الآن علمت أنك خائفٌ اللَّـه، فلم تُمسك ابنك وحيدك عني " (تك ٢٢ : ١٢).

٣- العبادة بخشوع:

" اعبدوا الرب بخوفٍ، واهتفوا برعدةٍ " (مز ٢ : ١١).

٤- حياة الصلاة:

" لهذا يُصلِّي لك كل تقيٍّ في وقتٍ يجدك فيه " (مز ٣٢ : ٦).

٥- حياة الشكر:

" ليكن عندنا شكرٌ به نخدم اللَّه خدمة مرضية، بخشوعٍ وتقوى " (عب ١٢ : ٢٨).

❖ **بركات التقوى:**

" **ولكن التقوى نافعةٌ لكل شيءٍ، إذ لها موعد الحياة الحاضرة والعتيدة** " (١ تي ٤ : ٨).

١) "**يرضى الرب بأتقيائه، الراجين رحمته**" (مز ١٤٧ : ١١).

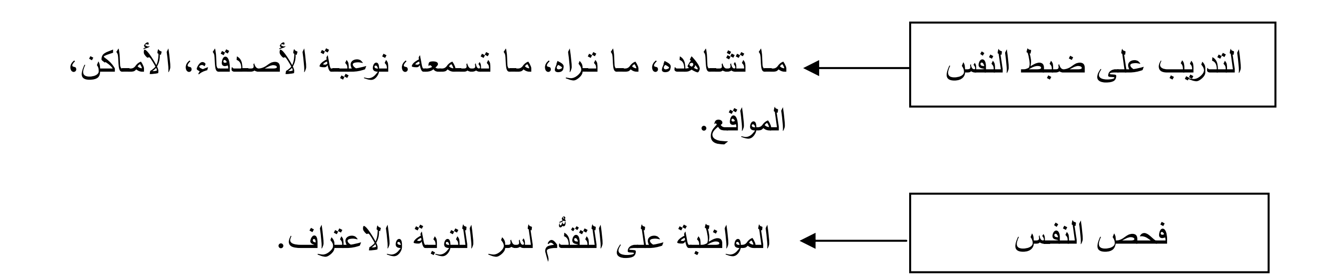
٢) يسمع صراخهم وتضرعاتهم . "**سُمع له مِنْ أجل تقواه**" (عب ٥ : ٧).

٣) يحفظهم من الذلل . "**أرجل أتقيائه يحرُسُ**" (١ صم ٢ : ٩).

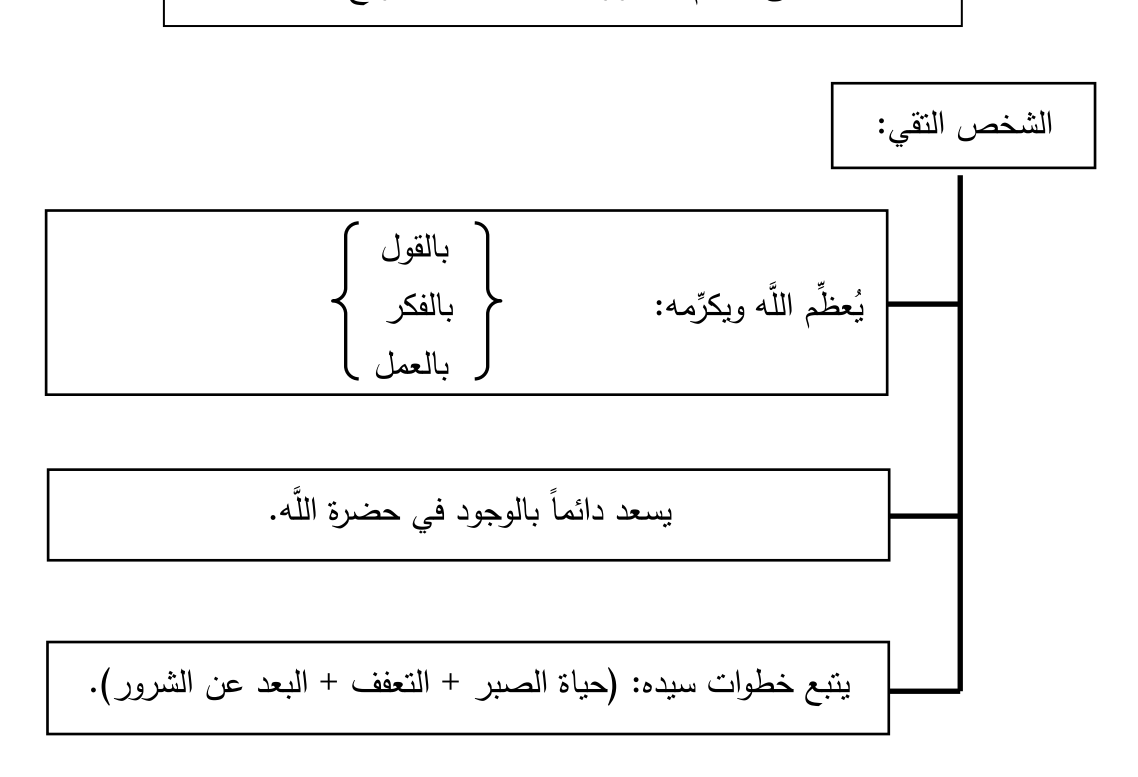
٤) ينقذهم من التجارب وفخاخ العدو . "**يعلم الرب أن ينقذ الأتقياء من التجربة**" (٢ بط ٢ : ٩).

٥) لهم البركة والسعادة . "**طوبى للرجل المتّقي الرب، المسرور جداً بوصاياه**" (مز ١١٢ : ١).

التدريب :



المواظبة على التقدم للأسرار المقدسة ليعمل الروح القدس فينا.



- لذلك يُعلِّمنا بولس الرسول قائلاً:

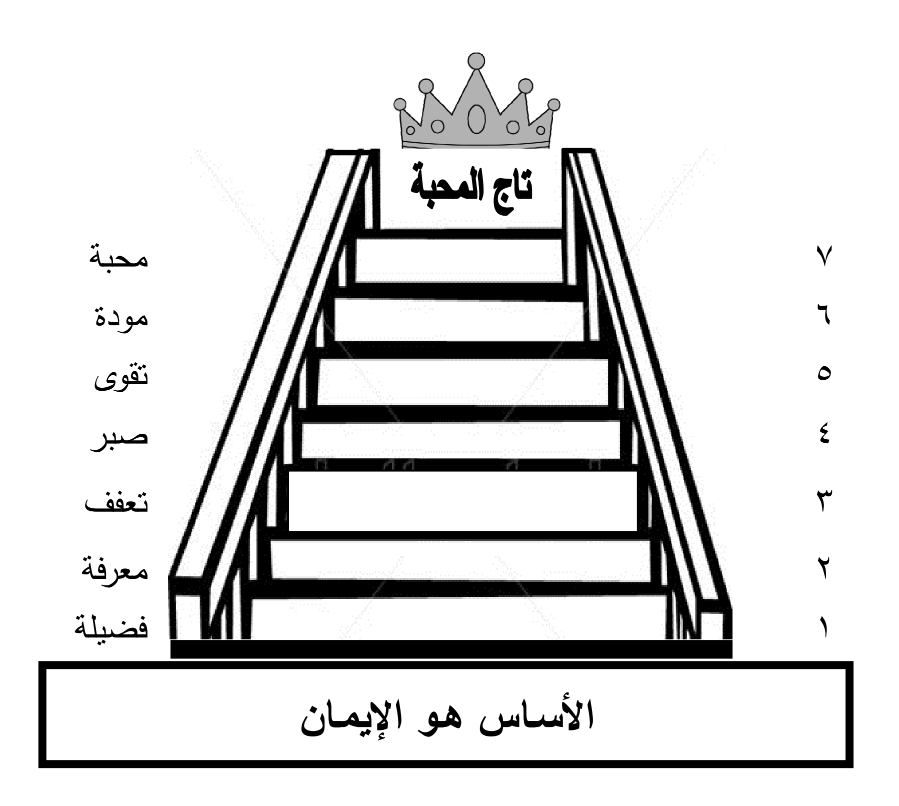
" وروِّض نفسك للتَّقـوى " (١ تي ٤ : ٧).

- التقوى رياضة مثل باقي جوانب الحياة الروحية، تحتاج إلى:
  - تمرين
  - مُمارسة
  - تعود

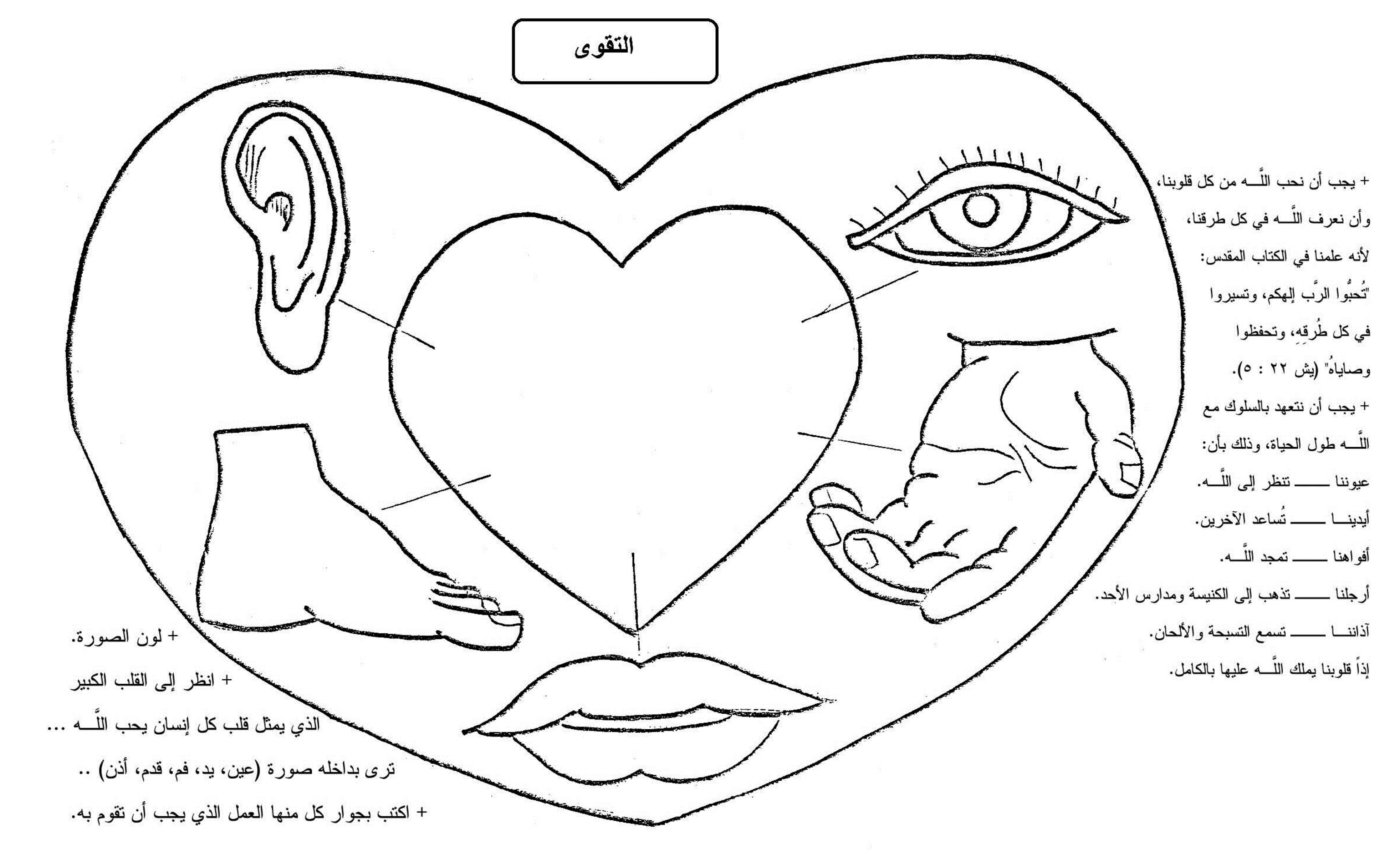
- يجب على كل شاب أن يحفظ نفسه طاهراً من جهة: الفكر، العواطف، التصرفات. وأن ينمو في معرفة المسيح.

❖ النمو في معرفة المسيح:

سلم من ٧ درجات، كل درجة تسهل الصعود إلى الدرجة التي تليها في السلم. (كو ٣ : ١٢ - ١٤).



التقوى



+ يجب أن نحب اللَّـــه من كل قلوبنا، وأن نعرف اللَّـــه في كل طرقنا، لأنه علمنا في الكتاب المقدس: "تُحبُّوا الرَّب إلهكم، وتسيروا في كل طُرقِهِ، وتحفظوا وصاياهُ" (يش ٢٢ : ٥).

+ يجب أن نتعهد بالسلوك مع اللَّـــه طول الحياة، وذلك بأن:

عيوننا ـــــ تنظر إلى اللَّـــه.

أيدينـا ـــــ تُساعد الآخرين.

أفواهنا ـــــ تمجد اللَّـــه.

أرجلنا ـــــ تذهب إلى الكنيسة ومدارس الأحد.

آذاننـا ـــــ تسمع التسبحة والألحان.

إذاً قلوبنا يملك اللَّـــه عليها بالكامل.

+ لون الصورة.

+ انظر إلى القلب الكبير الذي يمثل قلب كل إنسان يحب اللَّـــه ... ترى بداخله صورة (عين، يد، فم، قدم، أذن) ..

+ اكتب بجوار كل منها العمل الذي يجب أن تقوم به.



مار افرام السرياني ـ أهمية القراءة



المراجع :

- بستان الرهبان.
- السنكسار (جزء٢).
- "القديس العظيم مار افرام السرياني" ـ للراهب القمص سمعان السرياني.
- "القديس العظيم مار افرام السرياني" ـ (نبذة) لأحد رهبان دير السريان.
- "مار افرام السرياني" ـ القس أغسطينوس البرموسي.
- "قيثارة الروح" ـ تعريب القمص مكسيموس الأنطوني.

آية الدرس :

"لا يستهن أحدٌ بحداثتك، بل كُن قدوة للمؤمنين: في الكلام، في التَّصرُّف، في المحبة، في الروح، في الإيمان، في الطهارة" (١تي ٤ : ١٢).

أهداف الدرس : في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف فكرة عن حقبة من تاريخ الكنيسة.
- يدرك سيرة أحد أبطال الإيمان.
- يعرف العلاقة بين الكنيسة السريانية وعلاقتها بكنيسة الإسكندرية.
- يفهم ما هى أهمية القراءة في حياته.
- يقرِّر التمسك بالإيمان الأرثوذكسي.
- يقرِّر دراسة بعض أقوال القديس مار افرام السرياني.
- يقرِّر المواظبة على حضور القداس الإلهي، والتشفع بالقديس مار افرام السرياني.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

- من منكم يستطيع أن يذكر أسماء الأديرة القبطية بمصر؟
- نلاحظ أنها جميعاً على اسم أحد القديسين المؤسّسين للدير عدا "دير السريان"، وحقيقة اسمه "دير السيدة العذراء" ... مَنْ هم هؤلاء السريان؟
- هم أحفاد الآشوريين القدماء - وقد اعتنقوا المسيحية في القرن الأول، وكانوا يسكنون مناطق نهر الفرات وكردستان وسورية - ثم تشتّتوا وانقسموا. والسريان لهم لغة خاصة بهم وثقافات خاصة بهم ولديهم نُسَّاك ورهبان، أشهرهم هو القديس مار افرام، وكان شاعراً وكاتباً ومُعلِّماً، ومدافعاً صلباً عن الإيمان الصحيح، ولشدة عمق وروحانية أقواله لُقّب بـ" قيثارة الروح ".

عرض الدرس:

وُلِدَ عام ٣٠٦ م بمدينة نصِّيبين بتركيا، في أيام الملك قسطنطين الكبير، وتعمَّد على يد أسقف المدينة القديس يعقوب في سن ١٨ سنة، وتتلمذ على يديه واصطحبه مار يعقوب إلى مجمع نيقية الذي عُقد عام ٣٢٥ م، وهناك تعرف على آباء الكنيسة "ومنهم أثناسيوس الشماس"، وتعلم منهم كيف يكون الدفاع عن العقيدة السليمة أمام الهراطقة، وعندما تنيح القديس يعقوب سلك افرام طريق النُسك في جبال مدينة الرها، وكان يداوم على الصلاة وقراءة الكتب المقدسة وممارسة الأعمال اليدوية، كما كان يقوم بالتعليم في مدرسة المدينة، ويهتم بالفقراء ويواسي ويساعد المحتاجين.

مجيئه إلى مصر:

بلغت حركة الرهبنة في مصر أوج مجدها وعظمتها في القرن الرابع، وامتلأت البراري بالنُسَّاك، وشهدت تلك الفترة أكثر القديسين شهرة، مثل البابا أثناسيوس والقديس أنطونيوس والقديس مكاريوس والأنبا بيشوي والقديس يوحنا القصير والقديس موسى الأسود وغيرهم، فاشتاق مار افرام السرياني أن يلتقي بنُسَّاك مصر، وفعلاً جاء والتقى بالأنبا بيشوي ببرية شهيت وجاء معه بعض الرهبان السريان.

وهناك قصة تذكر عن عصا القديس التي كان يتوكأ عليها من فرط النسك، فظن رهبان الإسقيط أنه يتشبه بالشيوخ منهم، ولمَّا عرف بالروح ما يجول بخاطرهم غرس العصا في الأرض وأراد اللَّه أن يظهر بره وتقواه فأزهرت العصا وصارت شجرة ضخمة وهى الآن تعرف بِاسم شجرة القديس مار افرام السرياني، ينال بركة القديس كل من يزورها بدير السريان.

ولقد تأثر القديس باسيليوس بشخصية مار افرام وبتعاليمه، وكان من المعجبين به مع أن القديس مار افرام لم ينل رتبة كهنوتية أكثر من "شماس".

تراث وكتابات القديس:

ترك لنا هذا القديس مؤلفات كثيرة ضد الهراطقة، كما ترك لنا قصائد وأشعار غاية في العمق الروحي

والتأمُّلات النافعة، وترك أيضاً عدة ميامر، بالإضافة إلى شروحات وتفاسير لبعض أسفار الكتاب المقدس، وكذلك رسائل ومقالات نسكية وعملية، ولذلك أُطلق عليه بحق لقب "قيثارة الروح"، وفي عام ٣٧٣ م تنيح هذا القديس بعد أن أوصى بأن يُدفَن في مقابر الغرباء، ثم نُقل إلى مقبرة الأساقفة في كنيسة الرها.

ما هى أهمية القراءة:

١- الكتاب هو سيد مصادر المعرفة.
٢- رغم الانتشار الكبير للميديا وميل الإنسان للسمع أكثر من ميله للقراءة، إلاّ أن ما نُحصِّله من القراءة يُثبت أكثر ممّا نُحصِّله بالسمع أو المشاهدة.
٣- بالقراءة نتزود من خبرات الآخرين، فنكتسب خبرات حياتية.
٤- في الحياة الروحية "القراءة شريان أساسي للنمو الروحي".

بعض المبادئ الأساسية للقراءة:

١- طوِّر علاقتك مع الآخرين:
لكي تطور علاقتك مع أصدقائك يلزمك أن تحافظ على التجديد والتميز، وأن تمتلك شيئاً نافعاً وجديداً للمساهمة به كل يوم، ولن تستطيع أن تحصل عليه إلا من خلال القراءة.
٢- اتخذ من الكتاب صديقاً لك:
أن تكون حريصاً أثناء قراءتك على تسجيل ملاحظاتك على هامش الكتاب، وإذا ما رأيت أن ما تقرأه جيداً، حاول إبرازه بأن تضع خطاً أو تلونه.
٣- تجنب النفايات:
الحياة أقصر من أن نملأها بالنفايات من كتب العنف أو الكتب عديمة النفع.
٤- استخلص أقصى استفادة من الكتب:
الكتاب الجيد يستحق القراءة مرة ومرات، فارجع إليه واقرأه مرة آخره.

ولا يوجد كتاب أعظم من الكتاب المقدس، كذلك كتب تاريخ الكنيسة وسير القديسين، فلا تحرم نفسك من تلك الاستفادة.

التطبيق:

زيارة دير السيدة العذراء "السريان" لنوال البركة.

التدريب:

١- محاولة لحفظ بعض أقوال هذا القديس.
٢- استخراج الميامر والكتابات المنسوبة للقديس من كتب الصلوات الكنسية.
٣- استخراج أقوال الآباء والقديسين عن مار افرام السرياني.

لوِّن الصورة





المراجع:

- الكتاب المقدس (تك ٢٤ : ١ ـ ٦٧).
- "سفر التكوين" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "سفر التكوين" ـ للقمص بيشوي كامل.
- "سفر التكوين" ـ للأرشيدياكون نجيب جرجس.
- "حياة إبراهيم" ـ ف. ب. مايز.

آيـة الـدرس:

"الرب الذي سرتُ أمامه يُرْسِلُ ملاكَهُ معك ويُنجِحُ طريقَك" (تك ٢٤ : ٤٠).

أهداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك أن اللَّه على استعداد تام لمساعدتنا، متى طلبنا منه الإرشاد والقيادة.
- يعرف قوة الصلاة وأهميتها.
- يفهم أهمية الصلاة لأجل الإرشاد، كما فعل أليعازر.
- يقرِّر أن يشكر اللَّه يومياً، لأنه يسمع باستمرار صلواتنا.
- يقرِّر المواظبة على حضور القداس الإلهي أسبوعياً.
- يقرِّر المواظبة على صلوات السواعي يومياً.
- يشعر بأن اللَّه يحبه، ولذلك يستجيب لصلواته.
- يدعو زملاءه لحضور القداس الإلهي ليقدم الشكر للَّه.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة:

+ هناك قصة ذُكِرت في إحدى الجرائد اليومية:

هاجمت إحدى العصابات المسلحة أحد البنوك الكبرى، وعندما حاول حرس البنك الاتصال بالشرطة لإنقاذ البنك من اللصوص، فوجئ بأن سلك الهاتف مقطوع من قِبَل اللصوص، وعند محاولته استخدام هاتفه المحمول، اكتشف أنه غير مشحون.

وبذلك نجح اللصوص في سرقة البنك بكل سهولة.

✥ هكذا: إذا استطاع الشيطان أن يقطع شركتنا مع اللَّه، فإنه ينجح في فصلنا عن مصدر قوتنا، وهو اللَّه.

* ولكن هناك سؤالان هامان:

١- هل يستجيب اللَّه لكل صلواتنا؟

٢- هل هناك شروط يجب أن تتوفر لكي تكون الصلاة مقبولة لدى اللَّه؟

عرض الدرس:

- كان إبراهيم وأسرته يعيشون في بئر سبع في كنعان ... وبعد وفاة سارة، أراد إبراهيم أن يختار لابنه إسحق زوجة.
- وكانت العادة في ذلك الزمان أن الشاب يتزوج الفتاة التي يختارها له الوالدان.
- وكانت هناك مشكلة: لقد كان إبراهيم وإسحق يعيشان بين شعوب وثنية تعبد الأصنام، ولم يقبل إبراهيم أن يتزوج ابنه بفتاة وثنية، لذلك فكر في أقربائه وأصدقائه في "حاران".
- طلب إبراهيم من عبده الذي يثق فيه، واسمه "أليعازر" أن يذهب إلى وطنه القديم في "حاران" ويبحث عن زوجة صالحة لابنه.

لقد كانت مهمة غامضة: "أن يبحث عن فتاة لا يعرف اسمها، في بلاد غريبة **!!**".

أخذ " أليعازر" عشرة من أفضل جماله، والعديد من الهدايا والجواهر، وسافر مسافة ٤٠٠ ميل عبر الصحراء. "من بئر سبع إلى حاران".

صلاة أليعازر: بعد عدة أيام، رحل أليعازر إلى "مدينة ناحور"، وأراح جماله عند بئر ماء خارج المدينة.

ولكن هناك مشكلة كبيرة:

كيف يتمكن أليعازر من معرفة الفتاة التي يختارها لإسحق؟ بينما كثير من الفتيات خرجن إلى البئر!

- صلى أليعازر إلى اللَّه، وطلب منه أن يعطيه علامة يعرف بها الفتاة التي ينبغي أن يختارها زوجة لإسحق ... وقال:

"فليكن أن الفتاة التي أقول لها: أميلي جرَّتك لأشرب، فتقول: اشرب، وأنا أسقي جِمَالَكَ أيضاً، هى التي عيَّنتها لعبدك إسحق" **(تك ٢٤ : ١٤).**

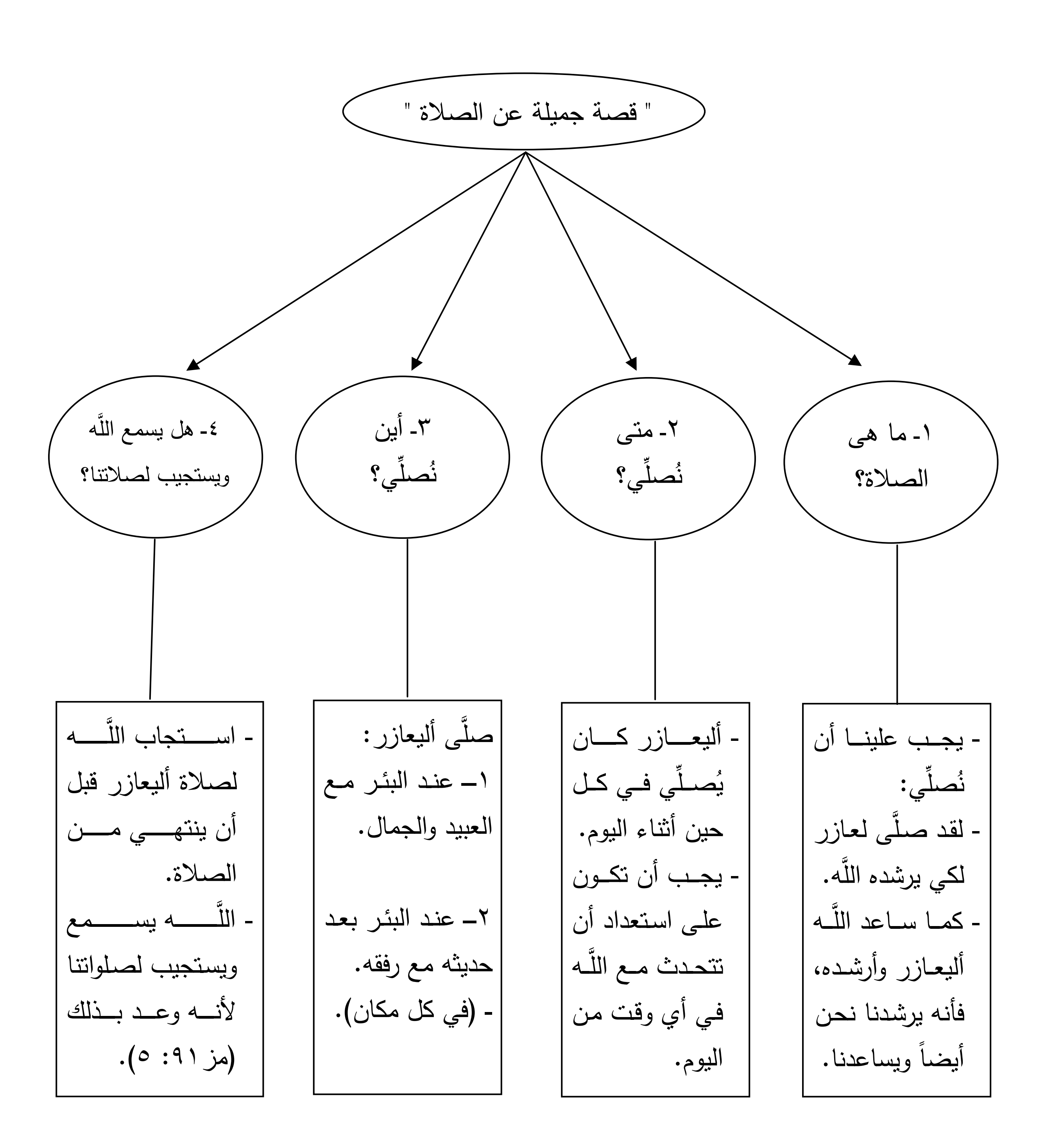
لقد طلب إرشاد اللَّه وقيادته ◄——— "قبل أن يفعل أي شيء".

- قبل أن ينتهي من الصلاة، خرجت فتاة تُدعى "رفقة"، وسقته هو والجِمال.
- تعرّف عليها "أليعازر"، وطلب أن يذهب إلى بيت أبيها.
- سجد "أليعازر" للرب وشكره.
- ذهب أليعازر مع رفقة وتعرف على الأسرة، فقالوا: "من عند الرب خرج الأمر"، ثم قدم أليعازر لهم الهدايا والجواهر والذهب والفضة والثياب.

العودة إلى كنعان:

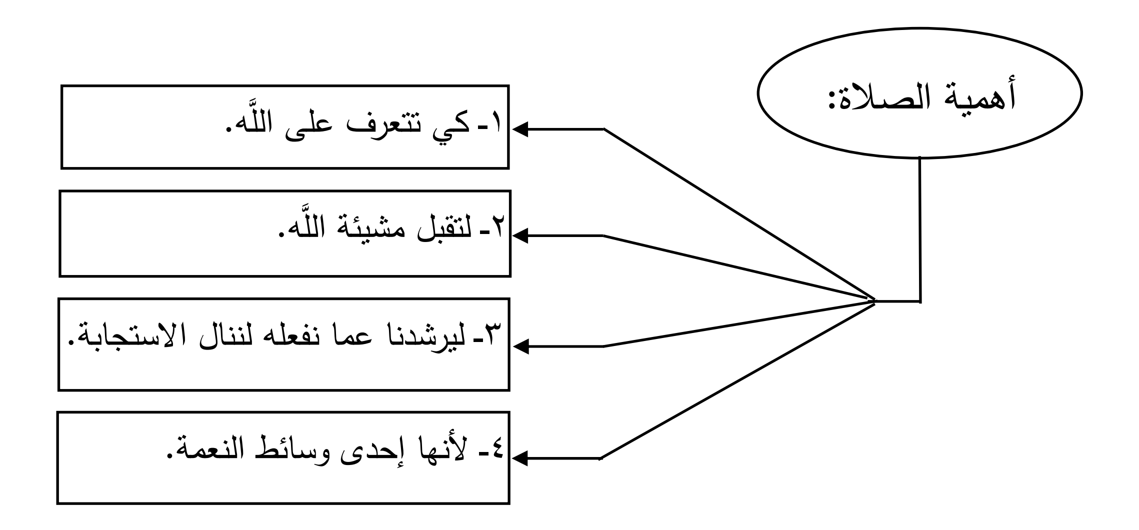
- رحلة العودة من "حاران" إلى "كنعان"، وكان إسحق في انتظارهم، وتم الزواج.

هذه قصة جميلة ورائعة عن الصلاة:



التطبيق:

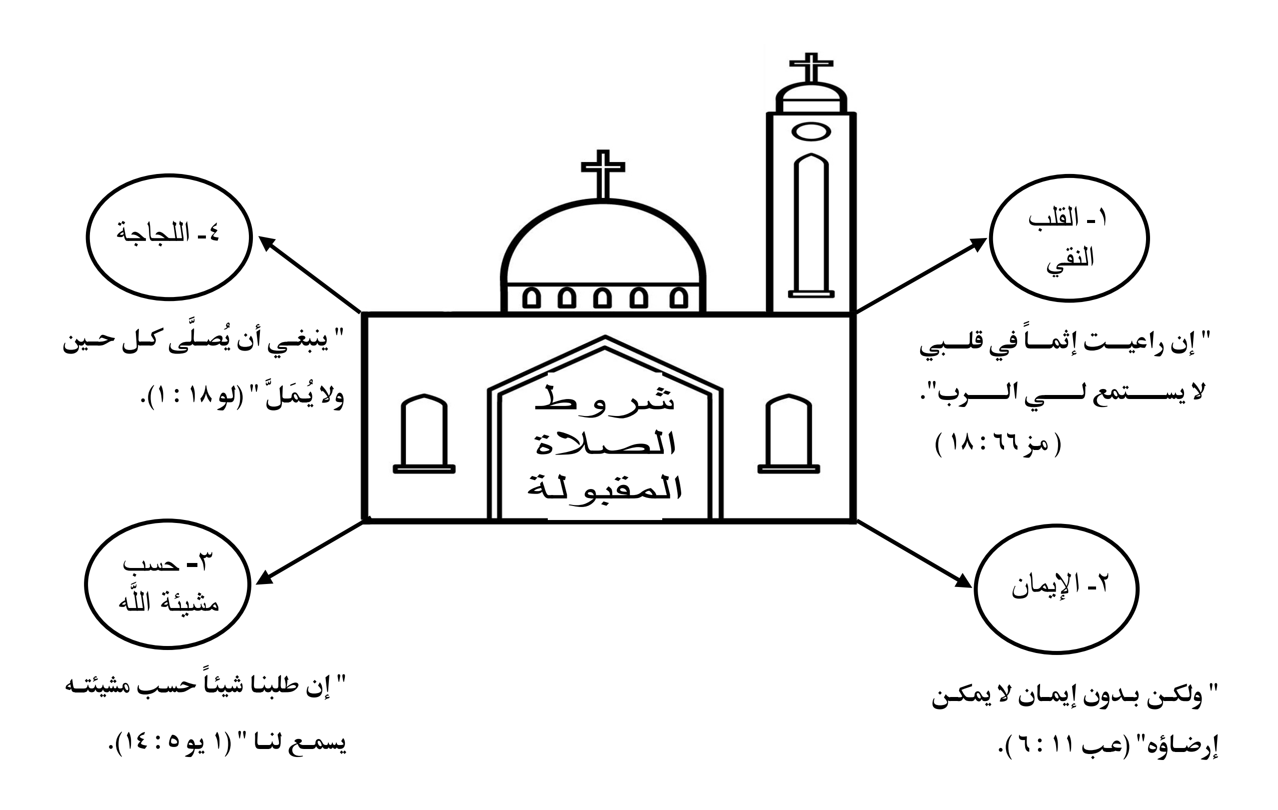
ما هى أهمية الصلاة؟ ولماذا نُصلِّي؟



شروط الصلاة المقبولة:

١- ليس معنى استجابة الصلاة أن نحصل على ما نطلبه الآن، الاستجابة قد تكون: (نعم - لا - انتظر).

٢- المهم أن تكون صلواتنا مقبولة لدى اللَّه:



التدريب:

أن يصلِّي صلاة الغروب بالأجبية يومياً، قبل أن يبدأ مذاكرة دروسه ، وصلاة باكر بالأجبية قبل الذهاب للمدرسة.



دبـورة ـ عـدم الخـوف والاطمئنـان

المراجع:

- الكتاب المقدس (قض ٤ ، ٥).
- "تفسير سفر القضاة" ـ للقمص تادرس يعقوب.
- "لا تخف" ـ للقمص إشعياء ميخائيل.
- "لا تخف ... لست وحدك (ج ٢)" ـ للقمص أكسيوس الأنبا بيشوي.
- "تفسير سفر القضاة" – للأرشيدياكون نجيب جرجس.

آيـة الـدرس:

" الرب لي فلا أخافُ. ماذا يَصنعُ بي الإنسان؟" (مز ١١٨ : ٦).

أهداف الدرس : في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يفهم أنه لا داعي للخوف، إذا كنا نحيا حياه الشركة الحقيقية مع المسيح، وعندما نكون مُطيعين له.
- يستنتج أن الضمان الوحيد لزوال الخوف هو الوجود الدائم في حضرة الرب.
- يتحقّق أنه عندما يضع مخاوفه بين يدي اللَّه، فهو سيتدخل في الوقت المناسب.
- يقرِّر أن يلجأ إلى اللَّه مباشرة في طلب العون، وهو حتماً سينزع مخاوفه.
- يقرِّر المواظبة على التقدم للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسيْن، ليحيا حياة الشركة معه ويثبت فيه، فيتخلّص من كل مخاوفه.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

١- احضر الأدوات الآتية:

براد شاي يوضع فيه قليل من الماء النقي – كوب صغير يمكن إدخاله داخل البراد (بحيث يكون ارتفاعه وقطره مساوياً لارتفاع وقطر البراد، أي أن مستوى حافة الكوب في مستوى حافة البراد تقريباً أو أقل قليلاً) – ٢ كوب زجاجي فارغ ويُملأ أحدهما بسائل أسود اللون أو أي مياه ملونه بلون قاتم.

٢- **ثم يشرح الخادم قائلاً:**

- إن هذه المياه السوداء ترمز إلى الصعوبات والمعوقات التي وقفت أمام شعب اللَّه.
- لقد أعطاهم الرب نُصرة وغَلبة على كل الصعوبات والمعوقات وعلى كل الأعداء، وهكذا حوّل الرب الأمور القاتمة في حياتهم (كالمياه السوداء) إلى أمور ناصعة البياض (كالمياه البيضاء).
- ونحن في أوقات كثيرة تواجهنا ضيقات وتجارب وامتحانات ومخاوف وظروف صعبة، قد نقف أمامها عاجزين، ولكن لنتذكّر دائماً أن لنا إلهاً قوياً عظيماً قادراً على أن ينقذنا وينجينا من كل مخاوفنا.

اليوم سنعرف قصة امرأة استطاعت عندما لجأت إلى اللَّه أن تزيل المخاوف التي كانت أمام الشعب في القديم، وتحقّق له النصر على أعدائه.

عرض الدرس:

بعد موت يشوع نسيَ بنو إسرائيل كل الأشياء التي عملها اللَّه معهم، ولم يعودوا يثقون في اللَّه أو يطيعونه.

أرسل الكنعانيون يوماً جيشاً عظيماً لغزو أرض بني إسرائيل، وطَردَ سيسرا قائدهم كثيراً من بني إسرائيل من بيوتهم، وجعل نفسه حاكماً على أرضهم لمدة عشرين سنة.

في تلك الأوقات امرأة اسمها دبورة أحبت اللَّه كثيراً، وكانت راغبة ومشتاقة إلى أن تفعل مشيئته، واللَّه بسبب إيمانها العظيم ساعد بني إسرائيل.

يُعرفنا الكتاب المقدس أن دبورة كانت نبية، إنها قضت لإسرائيل في ذلك الوقت وكانت قاضية عادلة بسبب الحكمة التي أعطاها اللَّه لها.

ساعد اللَّه دبورة حتى تفكر وتضع خطة كانت واثقة أنها تهزم جيش سيسرا. أرسلت واستدعت جندياً اسمه باراق وأخبرته أن اللَّه قد أعطاها خطة تهزم بها العدو، قالت لباراق: اجمع جيشاً من عشرة آلاف رجل، وسر بهم إلى جبل طابور، واللَّه سيجعل سيسرا أن يأتي بجيشه بالقرب من نهر قيشون، واللَّه سيدفع جيش سيسرا بيدك.

صدّق باراق دبورة لكنه كان خائفاً، لقد كان مع سيسرا كثير من الجنود المُدرَّبين، كان لديه تسعمائة مركبة حديدية والكثير من الخيل.

عرف باراق أن دبورة ليست خائفة لأنها كانت واثقة ومؤمنة باللَّه بكل قلبها، قال باراق: إنه يذهب إذا هى ذهبت معه، ووافقت دبورة في الحال أن تذهب مع باراق لكن أخبرته أنه بسبب ثقته فيها أكثر من اللَّه، فان اللَّه لن يعطيه هو فخر الانتصار في المعركة.

لمَّا سمع سيسرا أن باراق يجهز كثيراً من الرجال في جبل طابور بدأ يجهز جنوده للمعركة، جهز كل المركبات الحديدية التسعمائة واستدعى جميع الجنود، لم يتمكن سيسرا من استخدام مركباته الحديدية العظيمة في الجبال لذلك انتظر هو ورجاله بالقرب من نهر قيشون.

ورغم أن دبورة ذهبت مع باراق وجيشه إلا أن باراق كان لا يزال خائفاً من مواجهة سيسرا. وذات صباح قالت له: ألا يكون خائفاً وأن اللّه سيدفع سيسرا بين يديه. لذلك نزل باراق ورجاله منحدرين من جبل طابور على أقدامهم ليحاربوا مركبات سيسرا العظيمة التي تجرها الخيل.

وإذ هاجم باراق وجيشه سيسرا، أرسل اللّه عاصفة شديدة على الأرض، سقطت الأمطار بغزارة وانسكبت المياه حتى صار الوادي سهلاً طينياً. وكان النهر خلف قوات سيسرا يفيض بسرعة وأمر سيسرا قواته بالهجوم وجرت الخيل لكن أرجلها غاصت في الطين، وكلما تحركت العربات غاصت العجلات أكثر في الوحل، ولم يكن ممكننا أن تسير المركبات الثقيلة في عاصفة كهذه، وبدأت مياه النهر تغمر عجل المركبات، وهَمَّ جنود باراق نحوهم وسلّم الرب الجيش ليد باراق، وانحدر جيش سيسرا انحداراً كاملاً. بعد أن شاهد باراق الطريقة العجيبة التي أزعج بها اللّه جيش سيسرا، عَلِمَ أنه لم يكن ما يدعو إلى الخوف ما دام قد أطاع اللّه.

ما هو الخوف: الخوف هو شعور من عدم الاطمئنان على شيء محدد.

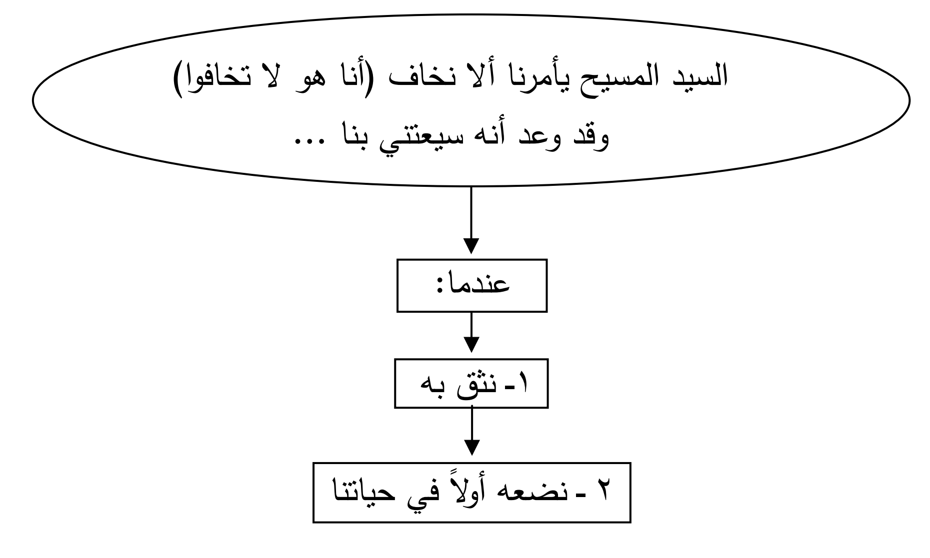
هناك نوعان من الخوف:

١) **خوف طبيعي:** هو خوف من خطر مُعيّن، وهذا الخوف مطلوب لأنه خط واقع أعطاه اللّه للإنسان لتجنب الخطر (مثل: الخوف من النار، أو الخوف من مخاطر الطريق ...) وفي هذه الحالة يكون الإنسان غير مشغول بمخاوفه، بل بأسباب الخطر محاولاً تجنبه.

٢) **خوف غير طبيعي (مَرَضي):** هذا يَشغِل الشخص بنفسه وبمخاوفه، فتتشتت طاقاته ويُصبِح هذا الخوف عائقاً له (مثل الخوف من الأماكن الضيقة أو الخوف من الأماكن الصعبة ...).

التطبيق:

ونحن أيضاً كثيراً ما ننزعج ونخاف، الرب يسوع يأمرنا ألا نخاف. إنه يعرف ما نحتاج إليه كل يوم، ويعرف متى يكون أمامنا عمل صعب نقوم به، لقد وعدنا أن يعتني بنا لمَّا نثق به ونضعه أولاً في حياتنا (لوقا ١٢ : ٣٠ - ٣٢).



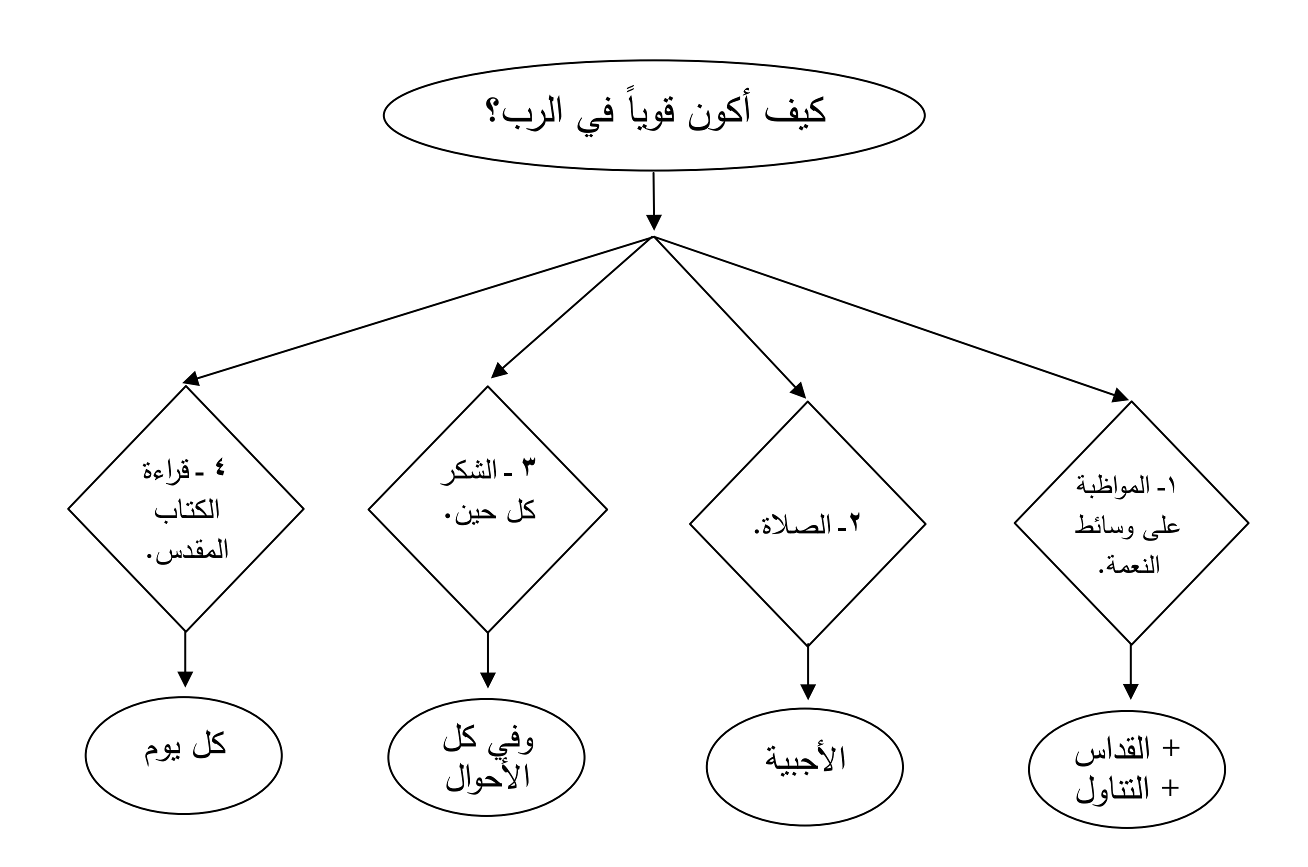
التدريب:

كيف يمكنا أن نتغلَّب على الخوف؟

١- هناك أكثر من ٩٠ % من مخاوفنا وهمية، فلنَكُن واقعيين.

٢- نطلب معونة اللَّه، فهذا أعظم الوسائل للتغلب على الخوف (لأن صوت اللَّه يهمس في آذاننا دائماً ويقول: "لا تخف" ولكننا كثيراً لا نسمعه أو لا نصدقه أو ننساه).

٣- لكي ننزع الخوف من داخلنا وننال الشجاعة لمواجهة الظروف، يجب أن نعيش مع اللَّه وأن نواظب على التناول من الأسرار المقدسة وعلى صلوات الأجبية، لأن وجودنا الدائم في حضرة اللَّه هو الضمان الأكبر لزوال الخوف، ولذلك يجب أن نتكل عليه " **على اللَّه توكَّلتُ فلا أخافُ** " (مز ٥٦ : ٤).





طريقة العمل:

(١) لون هذه الأشكال بألوان مناسبة، ولون القلب له شكل (٢) بالأبيض.

(٢) قص حول الأشكال (١)، (٢)، (٣).

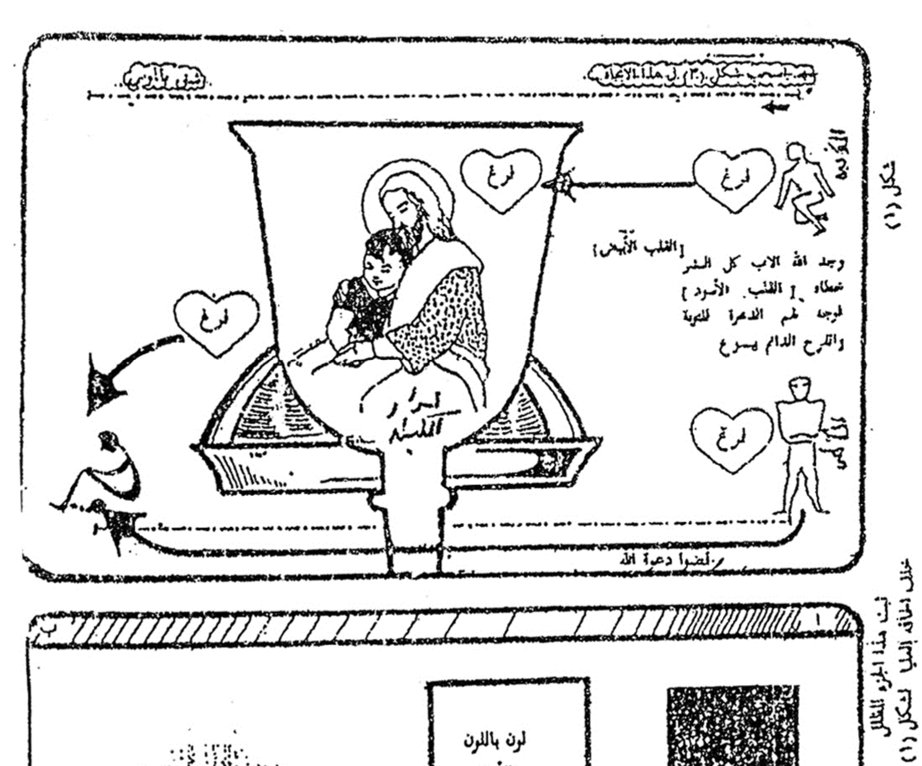
(٣) فـرغ الأجـزاء المكتـوب عليها (فرغ).

(٤) شق بالكاتر عند الأجزاء المتقطعة.

(٥) الصق شكل (٢) خلف شكل (١) وذلك بلصق ١ إلى ١ ، ب إلى ب، أي بلصقهما معاً من أعلى فقط.

(٦) ادخل شكل (٣) بين الشكلين: (١) و (٢)، ثم مرر الجناحين الموجودين في شكل (٣) في الشقين اللذين عملتهما في شكل (١).

(٧) هكذا اسحب شكل (٣) إلى اليسار، مع قراءة الشرح المكتوب على شكل (١) فتفهم تفسير المثل.



شكل (١)

ثبت هذا الجزء الظاهر خلف شكل (١)

ب ١

لون باللون الأبيض

شكل (٢)

شكل (٣)

• فاعلية الأسرار:

الشكل النهائي



المراجع:

- الكتاب المقدس (نح ١ ـ ٤، ٦).
- نحميا ـ للقمص بيشوي كامل.
- "نحميا" ـ للقمص مرقس داود، متى هنري.
- القمص شاروبيم يعقوب.

آية الدرس:

"وكل ما تطلبونه في الصلاة مؤمنين تنالونه" (مت ٢١ : ٢٢).

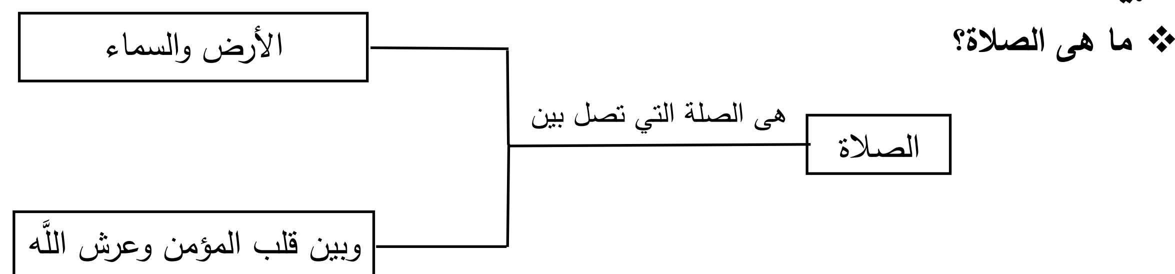
أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يُدرِك أن يد الرب كانت مع نحميا، وهى التي ساعدته على بناء الأسوار.
- يفهم أن اللَّه يسمع ويجيب الذين يطلبونه أينما كانوا، وفي أي وقت وأي زمان.
- يعرف أهمية صلوات السواعي (الأجبية)، وضرورتها في حياته (صلاة باكر + صلاة النوم).
- يشعر بمحبة اللَّه الذي يسمع ويستجيب لصلاتنا دائماً.
- يقرِّر أن يعرض مشاكله وأنشطته على اللَّه في الصلاة دون خوف أو خجل.
- يقرِّر أن يُصلِّي قبل الشروع في أي عمل.
- يقرِّر أن يبدأ يومه بصلاة باكر يومياً، لكي يرشده اللَّه وينير أمامه الطريق في الحياة الدراسية.
- يقرِّر أن يواظب على حضور القداس الإلهي أسبوعياً، ليقدِّم الشكر للَّه على عنايته ومحبته.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

❖ **ما هى الصلاة؟**



❖ **هناك عدة آيات في الكتاب المقدس تؤكد ذلك:**

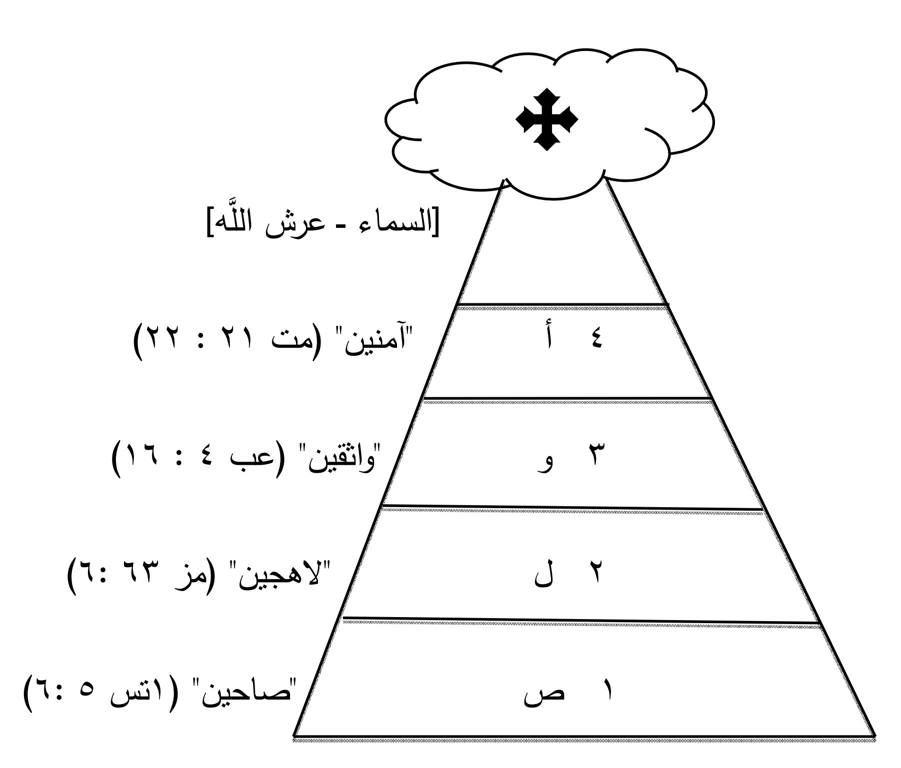
"إذا ذكَرتُكَ على فراشي، في السُّهْدِ ألهجُ بك " (مز٦٣: ٦).

" فلنتقدَّم بثقةٍ إلى عرش النِّعمة لكي ننال رحمة ونجد نعمةً عوناً في حينه " (عب ٤: ١٦).

" كل ما تطلبونه في الصلاة مؤمنين تنالونه " (مت ٢١: ٢٢).

* ويمكننا أن نرتب الآيات السابقة ترتيباً تصاعدياً، بحيث يُظهِروا لنا كلمة هامة وهى أمر إلهي: " صلوا ".

سلّم الصلاة:



(درجات السلّم = درجات الصلاة)

الصلاة هى: (المفتاح الذي يفتح أبواب السماء).

❖ في درسنا اليوم سنتعلم دروساً نافعة من حياة رجل صلَّى إلى اللَّه، وطلب معونته حينما قابلته العديد من المشاكل.

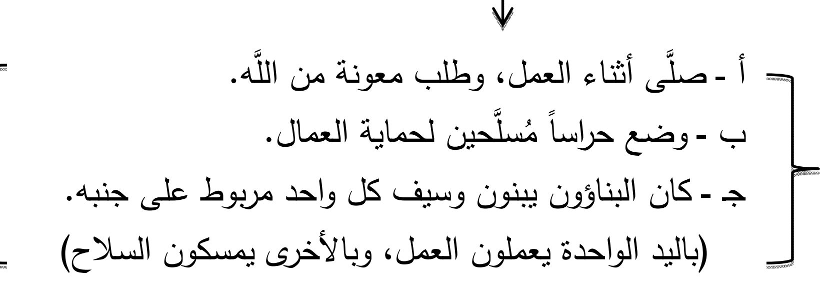
عرض الدرس:

- عَلِمَ نحميا من شقيقه أن مدينة أورشليم محطمة وأسوارها مهدمة، وأبوابها محترقة والمدينة كئيبة وغير آمنة.
- فحزن نحميا جداً لتلك الأخبار، وفكّر أن يُساعد شعب المدينة على إصلاحها وترميمها، ثم صلَّى إلى اللَّه ليعطيه نعمة في عين الملك ليسمح له بالذهاب إلى هناك.
- لاحظ الملك حزن نحميا وقال له: لماذا وجهك مُكمّد، وأنت غير مريض !!
- صلَّى نحميا صلاة صامتة في قلبه طالباً من اللَّه أن يعطيه نعمة في عين الملك ليسمح له بالذهاب إلى أورشليم.

- استجاب اللَّه لصلاة نحميا، وسمح له الملك بالذهاب وأعطاه رسائل إلى المسئول عن دراسة الغابة ليعطيه الأخشاب اللازمة لإصلاح المدينة، كما زودوه بخيول للسفر بالإضافة إلى بعض الجنود لحراسته.
- وعندما وصل نحميا إلى أورشليم استدعى: الكهنة والولاة والأشراف، وأخبرهم كيف استجاب اللَّه إلى صلاته وقال لهم:

"هلُمَّ فنبني سور أورشليم ولا نكون بعد عاراً" (نح ٢ : ١٧).

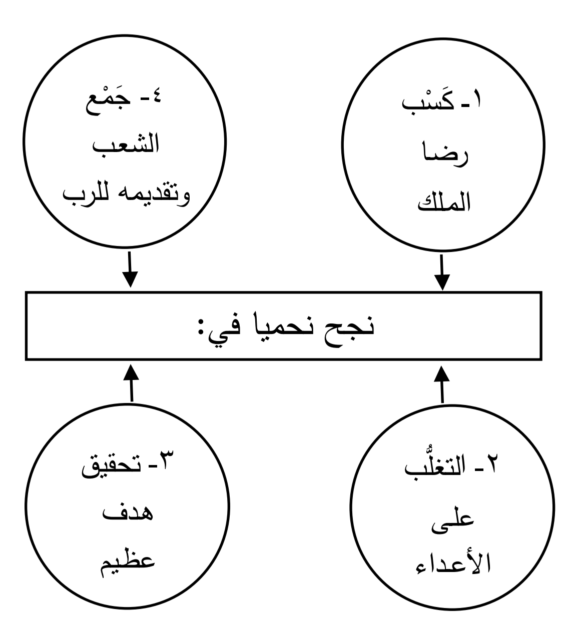
- وقام الشعب وتشدّد، وبدأوا في البناء، حيث قامت كل أسرة ببناء جزءاً من سور المدينة.
- وحينما حاول الأعداء أن يُوقِفوا العمل ← ماذا فعل نحميا؟



لقد استجاب اللَّه لنحميا وساعده في مدة ٥٢ يوماً حيث تم:

- ترميم الأسوار.
- بناء بوابات ضخمة قوية.
- صارت المدينة آمنة.
- صار الشعب سعيداً.
- لقد ساعدهم اللَّه في زمن الضيق، واستجاب لصلاتهم.

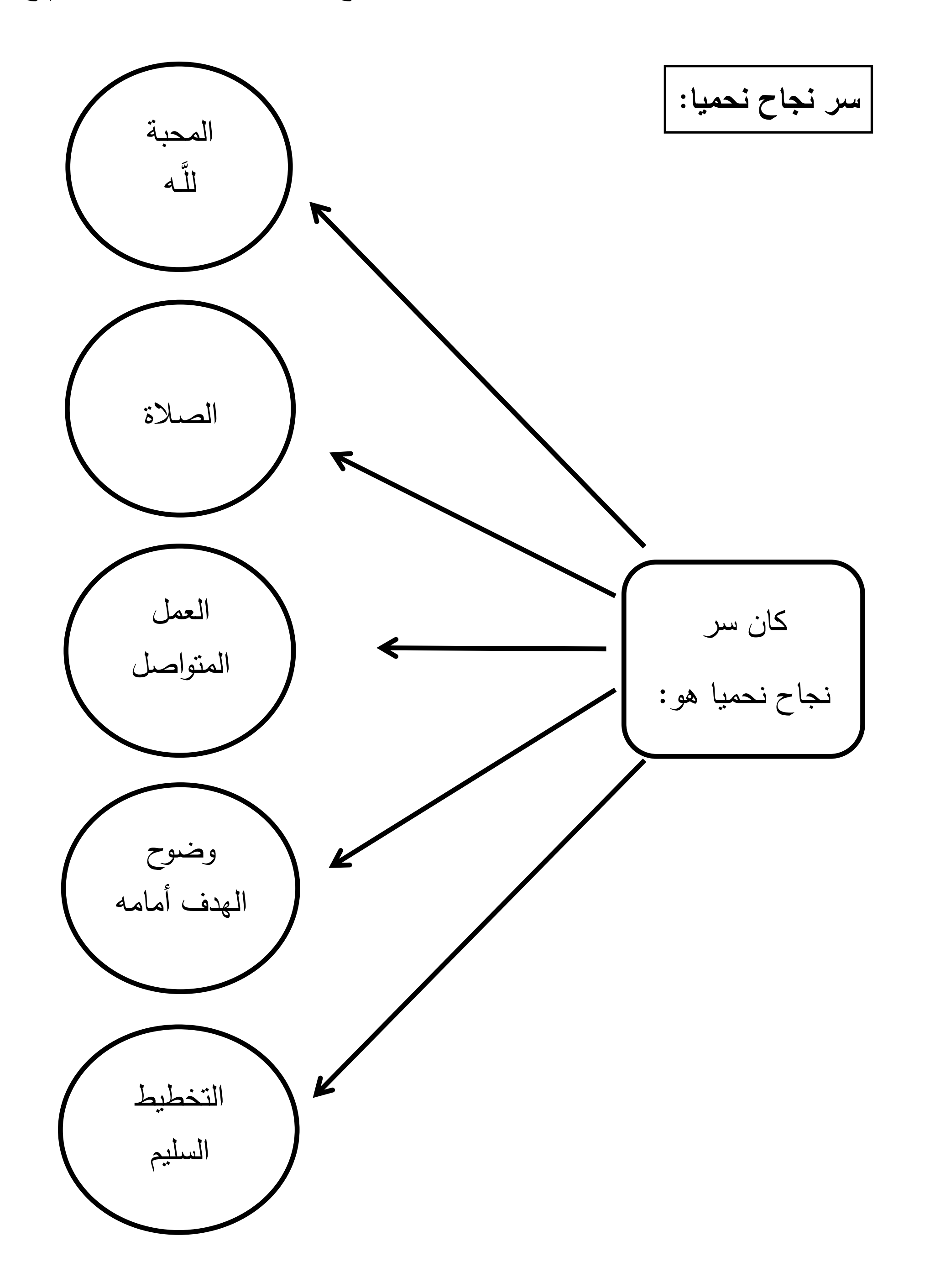
لقد نجح نحميا في مجالات عديدة:



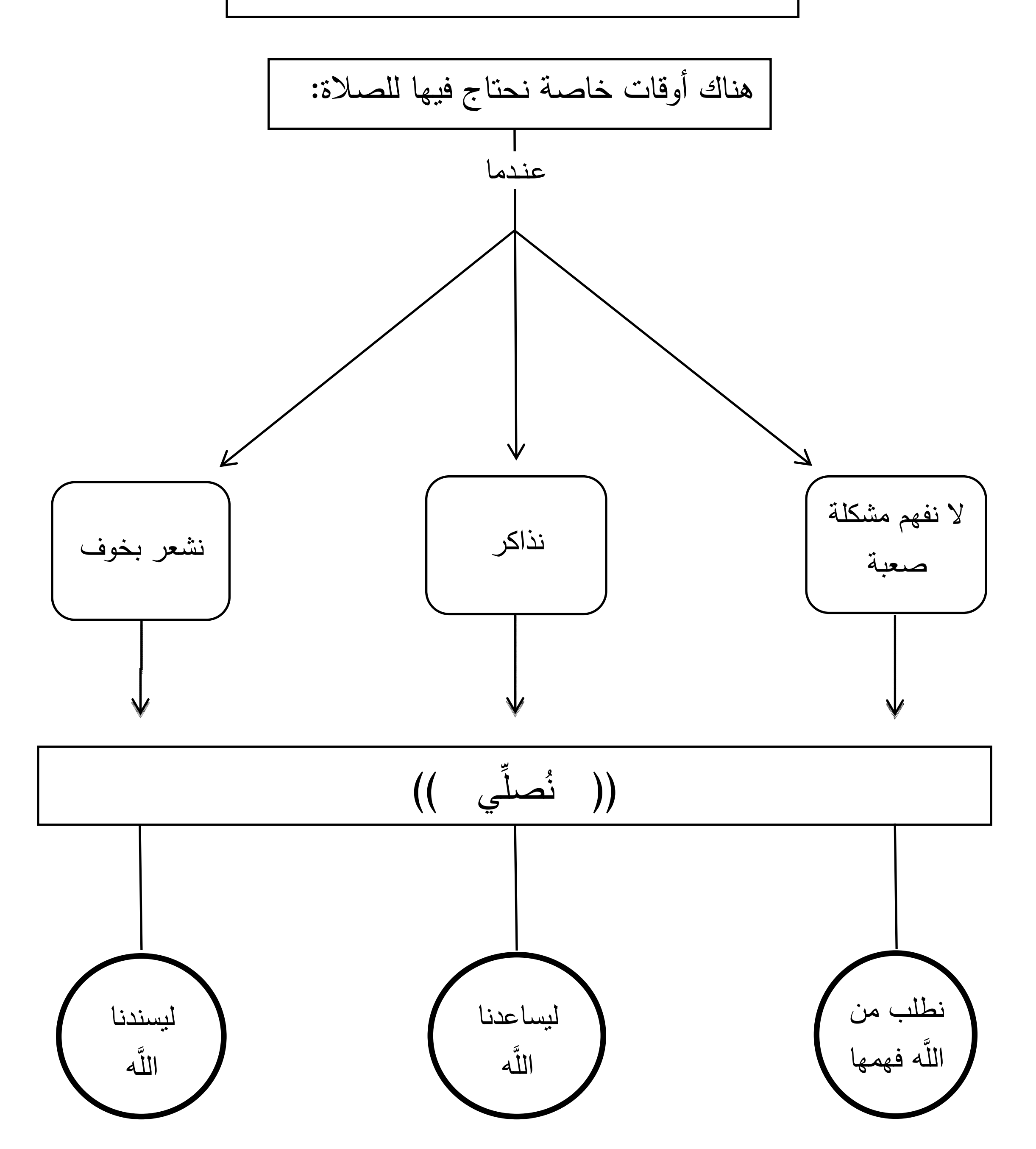
لقد استطاع نحميا أن ينتصر على كل المعوقات التي قابلته بالصلاة:

- لقد حثَّ رجاله على الصلاة والمواظبة على عمل مشيئة اللَّه.
- أكمل البناء الذي استغرق ٥٢ يوم منذ بداية العمل.
- أُزيحت كل أكوام الحجارة وأصبحت أورشليم مُحصَّنة.

ـ وأخيراً أدرك أعداء نحميا أن يد الرب كانت مع نحميا على طول الطريق (نح ٦ : ١٦).



التطبيـق:



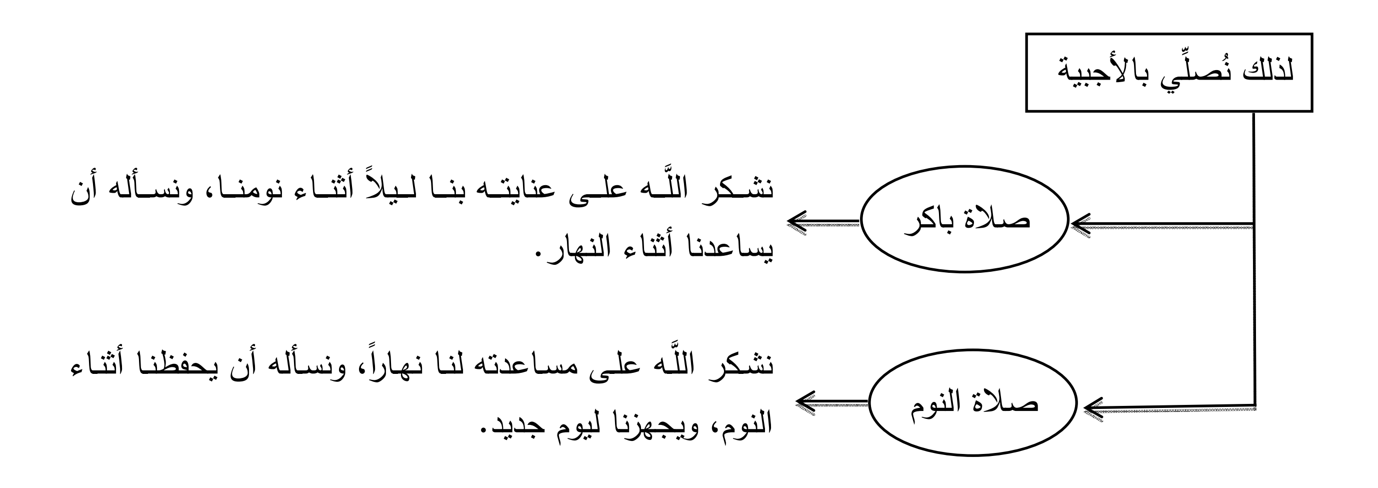
إن اللَّه يفرح بنا عندما نتحدث معه بانتظام:
هناك أوقات خاصة نحتاج فيها للصلاة:
عندما
لا نفهم مشكلة صعبة
نذاكر
نشعر بخوف
((نُصلِّي))
نطلب من اللَّه فهمها
ليساعدنا اللَّه
ليسندنا اللَّه

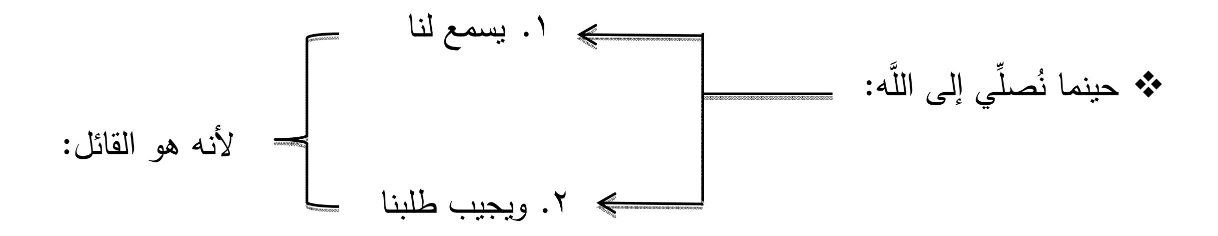
كما صلَّى نحميا، يريدنا اللَّه نحن أيضاً أن نُصلِّي بانتظام:

+ لقد وضعت لنا كنيستنا القبطية الأرثوذكسية نظاماً رائعاً يساعدنا على الصلاة بانتظام وهو:

(صلوات السواعي)

(الأجبية)

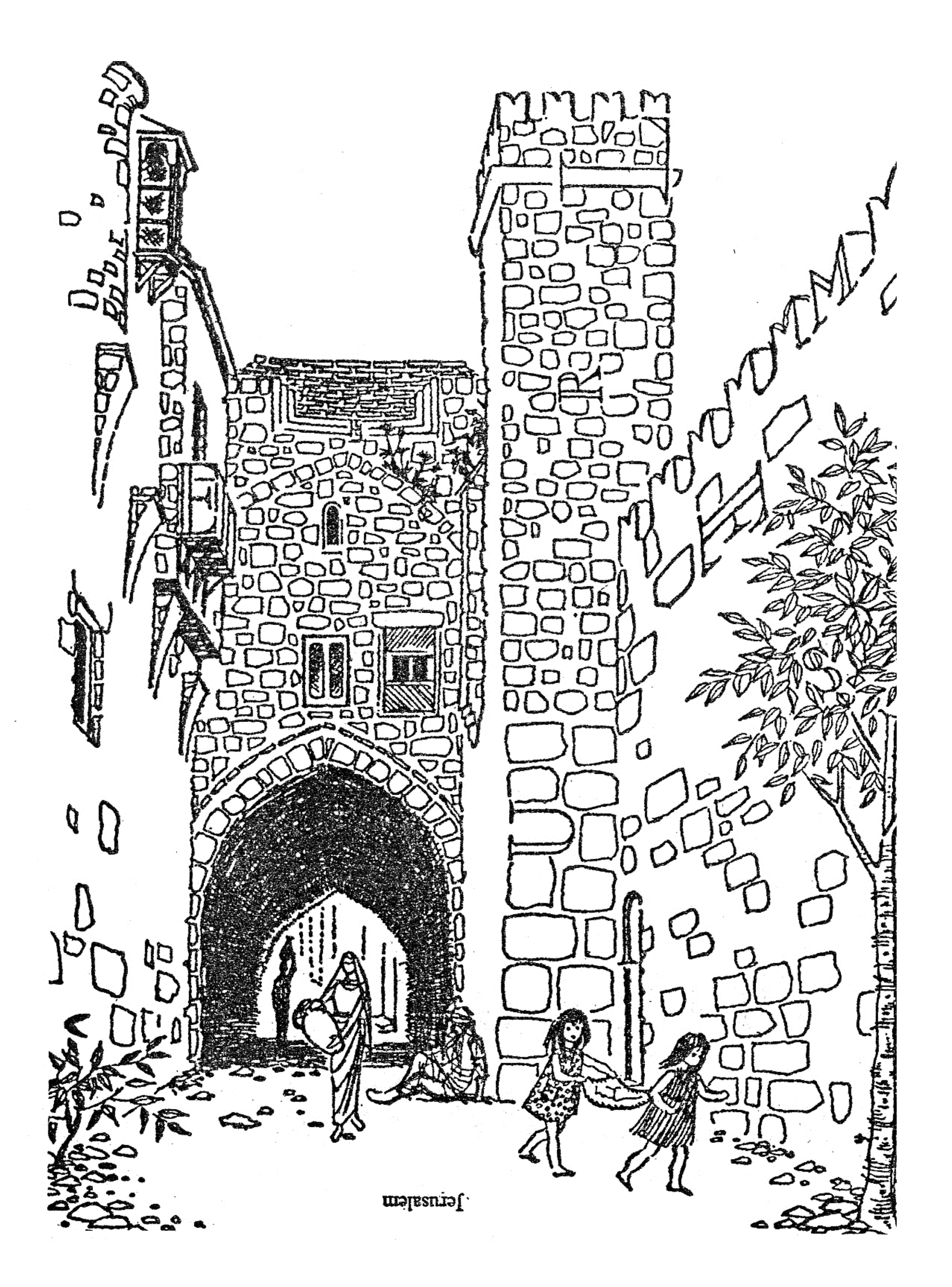




"**الرب قريبٌ لكل الذين يدعونه، الذين يدعونه بالحقِّ**" (مز ١٤٥ : ١٨).

التدريب:

المواظبة على صلاة باكر عند الاستيقاظ من النوم، وصلاة النوم مساءً يومياً.



ابحث عن الحروف التي تشكل كلمة (اورشليم) -jerusalem- الموجودة على سور المدينة



المراجع:

- الكتاب المقدس (دانيال ١ـ ٦)
- "مبادئ اللاهوت الطقسي؟" ـ للأنبا بنيامين.
- "دانيال حبيب الملائكة" ـ للقمص بيشوي كامل.
- "تفسير سفر دانيال" ـ للقمص تادرس يعقوب ملطي.
- "دراسات في سفر دانيال" ـ للقمص باخوم حبيب.

آيـة الـدرس:

" **وكل مَنْ يجاهد يضبط نفسه في كل شيءٍ** " (١كو ٩: ٢٥).

أهداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك معنى ضبط النفس ومجالاته وأهميته وكيفية الوصول إليه.
- نستنتج أن سر نجاح دانيال والثلاثة فتية هو الثقة في اللَّه وإيمانهم به.
- يفهم أن ضبط النفس هو التحكم في الانفعالات، والسيطرة على النفس.
- يعرف أن المؤمن يجب أن يضبط نفسه في الطعام والكلام والغضب والحواس.
- يشعر بالفرح لأن اللَّه يساعدنا على ضبط النفس، بفاعلية الأسرار في حياتنا.
- يدرك ضرورة التدريب وترويض الجسد والنفس والعقل، للوصول إلى ضبط النفس.
- يقرِّر التقدم للتناول من الأسرار المقدسة ليثبت في المسيح، وينال القدرة على ضبط النفس.

خطوات سير الـدرس:

التهيئة:

- **هل تعرف ما هى شعبة الفقاريات؟**

- هى من شعبة (الحبليات) وتنقسم إلى خمس طوائف: (الأسماك، البرمائيات، الزواحف، الطيور، الثدييات).

- **مزايا الفقاريات لها:**

- هيكل داخلي عظمي.

- حبل شوكي.
- فم محفوظ داخل علبة عظمية.
- أطراف أربعة (تتحوّر بطُرق شتى لتؤدّي وظائف متنوّعة) (الموسوعة الثقافية، ص:٧٢٠).

- **ما هى الثدييات؟**
- حيوانات تكوِّن أعلى طائفة من الفقاريات، وتعيش في مختلف البيئات الأرضية والمائية، ومنها ما يطير في الهواء.

- **مزاياها:**
- للأُنثى غدة تفرز اللبن لتغذية الصغار.
- الجسم مغطى بشعر.
- للقلب أربع حجرات ويفصل تجويف الصدر عن تجويف البطن حجاب حاجز.
- ثابتة الحرارة.
- كلها تلد.

- **وتشمل الثدييات:**
- عديمة الأسنان مثل ←آكل النمل، الكسلان، المدرع.
- آكل الحشرات ← القنفذ.
- آكل اللحوم ← القط، الكلب.
- القوارض ← الجرذان.
- الحافريات ← مشقوقة الظلف: البقر، الأغنام.
  غير مشقوقة الظلف: الحصان، الخرتيت.
- الخفاشيات ← الخفاش.
- عرائس البحر ← خروف البحر، عروس البحر.
- الرئيسيات ← القردة، الإنسان.

- **ومن آكلة اللحوم حيوان الأسد واسمه العلمي (فليبس ليو) يستوطن أفريقيا، وجنوب غرب آسيا، وغرب الهند.**

- **وقد ذكرت في الكتاب المقدس ثلاثة قصص عن الأسود؟ هل تعرفها؟**

عـرض الـدرس:

- **مَنْ هو دانيال ومَنْ هم الثلاثة فتية؟**

- كان دانيال النبي من سبط يهوذا، من عائلة داود الملكية، ومعنى اسمه (اللَّه قضى)، وعاش في بابل مدة سبي يهوذا، وقد نُقِلَ إلى هناك في حداثته مع أصحابه الفتيان الثلاثة (حنانيا، ميصائيل، عزاريا).
- وذلك في السبي الأول في السنة الرابعة من مُلك يهوياقيم ملك يهوذا سنة ٦٠٦ ق.م، وأُدخِلَ هو ورفقاؤه الثلاثة إلى خدمة نبوخذ نصر ملك بابل، الذي كان قد حاصر أورشليم وسلمها الرب بيده.
- وهناك جعل له رئيس الخصيان اسماً آخر وهو (بلطشاصر)، وذلك استعداداً للوقوف في قصر الملك وعلَّمه كتابة الكلدانيين ولسانهم.

- **دانيال يضبط نفسه:**

- كان على دانيال أن يخضع لنظام الأكل المُتَّبع في المملكة ولكن كانت مشكلة كبيرة:

١- كل ما كان يُقدَّم لملك بابل من طعام أو شراب كان يُبارَك بتقديمه للأصنام أولاً.

٢- كان من الأطعمة التي تُذبَح حيوانات لا تحل شرعاً حسب الشريعة اليهودية، وكان ذلك يُعتبَر نجاسة له.

- كانت هذه التجربة كبيرة بالنسبة لدانيال للأسباب الآتية:

١- اشتهاء الجسد.

٢- طعام الملك وشرابه أحسن شيء في العالم (أفضل طهاة، أفضل نوعية طعام).

٣- كان دانيال يبعد عن وطنه وكان بإمكانه أن يتعلل بأنه يجاري عادات بابل.

٤- تعرض لسخرية الشباب الآخرين.

٥- يتعرّض لعقاب من الملك إذا خالف أوامره.

٦- إغراء المنصب الكبير.

٧- إغراء أن ذلك يُرضي الملك فيكسب دانيال مكاسب خاصة (مكانة، مكافأة، مرتبة).

❖ كان دانيال يعرف هدفه، وهو أن يعيش لإلهه، وحياته هى هبه من اللَّه، ولذلك لا بد أن يعيش للَّه وقد صمم أن يكون أميناً للَّه طائعاً لإرادته، مهما كان الأمر.

❖ ولم يكن ذلك القرار سهلاً بالنسبة له، لأنه يعني الصيام عن الطعام مدة طويلة (ثلاث سنوات).

- **دانيال في جُبِّ الأسود:**

- عندما فاق دانيال جداً جميع الوزراء والحكام بدأوا يحسدونه ودبروا مكيدة للتخلُّص منه (كل من يطلب طلبه من أحد غير الملك يُطرَح في جُبِّ الأسود).

- أمّا دانيال فاستطاع أن يضبط مشاعره وانفعالاته، فلم يذكر لنا الكتاب المقدس أنه غضب أو ثار لكنه استمر يُصلِّي إلى إلهه.
- اللَّه يُنجي دانيال ويخرج حياً مِن الجب، ثم أمر الملك كل شعب المملكة أن يؤمنوا بإله دانيال.

التطبيق:

- **مجالات ضبط النفس:**

- ضبط النفس: تصف الإنسان الذي يستطيع أن يتحكم في انفعالاته ويسيطر على نفسه في المواقف المختلفة:

- وأهم الأشياء التي يجب أن نضبط فيها أنفسنا هى:

١- الكلام: " **كثرة الكلام لا تخلو من معصيةٍ، أَمَّا الضَّابط شفتيه فعاقلٌ** " (أم ١٠: ١٩).
٢- الحواس.
٣- الغضب.
٤- الطعام: رغم أن دانيال كان أسيراً في قصر الملك البابلي، وكان مُجبراً أن يأكل طعام لا يستريح إليه ضميره وممنوعاً بحسب شريعة موسى، إلا أنه "**جعل في قلبه أنه لا يتنجَّس بأطايب الملك ولا بخمر مشروبه** " (دا ١: ٨).
٥- الشهوة.

- **نتائج ضبط النفس:**

- نوال المكافأة: كل من يجاهد يضبط نفسه في كل شيء، أمّا أولئك فلكي يأخذوا إكليلاً يفنى، وأمَّا نحن فإكليلاً لا يفنى.
- الحصول على الكرامة: اللَّه يُكرم الذين يكرمونه، وقد أكرم اللَّه دانيال لأنه استطاع أن يضبط نفسه ويحيا حياة الطهارة والعفة.
- الحصول على النجاح.

- **لقد استطاع دانيال أن يضبط نفسه:**

- من جهة الطعام: تمتع بصحة أفضل من رفاقه الذين تناولوا من أطايب الملك وشربوا من خمره.
- ضبط مشاعره وانفعالاته (وقت المؤامرة): فاستطاع أن يستمر مُصلياً إلى اللَّه الذي أرسل ملاكه وسد أفواه الأسود.

- **كيفية الوصول إلى ضبط النفس: (ضبط النفس = التعفف) (غل ٥: ٢٢ - ٢٣).**

١- قمع الجسد واستعباده (١ كو ٩: ٢٧).

٢- مقاومة الشيطان (يع ٤: ٧).
٣- وجود هدف مقدس للحياة.

هناك فرق بين:

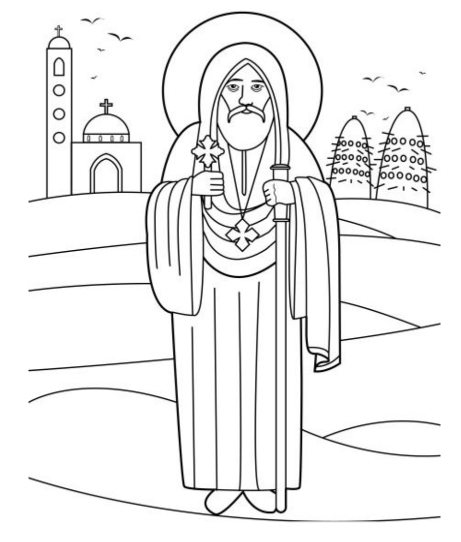
- الحياة: أن نجعل لوجودنا قيمة (عبادة اللَّه) (متى ١٠: ٢٩).
- مجرد الوجود على قيد الحياة: (لنا قلب ينبض، أعضاء تتحرك، نأكل ونشرب ونتنفس).

التدريب:

❖ صوم الأربعاء والجمعة من كل أسبوع هو فرصة للتدريب على ضبط النفس (كل واحد حسب قانونه مع أب اعترافه).



الأنبا صرابامون أبو طرحة ـ محبة الآخرين



المراجع:

- "تاريخ الكنيسة القبطية ـ الطبعة الثالثة سنة ١٩٨٢م" ـ القس منسى يوحنا.
- "تاريخ الكنيسة القبطية" ـ كامل صالح نخلة.

آية الدرس:

"كل شيءٍ مُستطاعٌ للمؤمن" (مر ٩: ٢٣).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف أن اللَّه يعطينا نعمة في أعين الناس حولنا لمجد اسمه وخير الكنيسة.
- يدرك قصة حياة القديس الأنبا صرابامون ويتشفع به في صلاته.
- يستنتج بركة عمل الخير عند اللَّه.
- يقرر أن يتمثل بالقديس الأنبا صرابامون ويساعد زملاءه وأصدقاءه ومن يحتاج إلى مساعدته.
- يقرر حضور القداس الإلهي ليقدم الشكر للَّه ويتناول من الأسرار المقدسة.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

في القرن التاسع عشر في أيام حبرية البابا بطرس السابع البطريرك الـ ١٠٩، والملقب ببطرس الجاولي (١٨٠٩م ـ ١٨٥٢م).

قام هذا البابا برسامة ٢٥ أسقفاً، ومن أشهر الأساقفة الذين رسمهم القديس الكبير الأنبا صرابامون مطران المنوفية الشهير بأبي طرحة ... وهو موضوع تأمُّلنا.

عرض الدرس:

- رتبت الكنيسة تذكاراً خاصاً لهذا القديس في يوم ٢٨ برمهات.

فضائله:

١- التقشف والنسك والبساطة.

٢- صنع العجائب والمعجزات.
٣- حبه للإحسان وعمل الخير خفية.

أولاً: حياة التقشف والنسك والبساطة:

إن مشكلة الحياة المعاصرة أن مستوى قناعة الإنسان والحد الأدنى لمتطلباته قد أصبح مرتفعاً جداً، مما يبدو معه أن كلمة التقشف أو النسك يتصور أن مكانها أديرة الرهبان وحدها، إلا أن ربنا قد رتب لنا نماذج من البشر مثل هذا القديس.

فالمبدأ الذي نتعلمه من حياة هذا القديس البساطة، والبساطة ليست عكس المظهر الحسن، كما أنها ليست مرادفاً للجوع والاحتياج.

ثانياً: صنع المعجزات:

وهى نعمة يعطيها اللَّه لقديسيه لكي ما يُذكِّرنا نحن الخطاة بكرامة أولاده وبناته القديسات الذين اشتهوا الحياة البسيطة فتركوا كل شيء وتبعوه، إلا أنه ليس من اللازم أن كل قديس يُمنح هذه الموهبة، فصُنع المعجزات ليس شرطاً لحياة القداسة ولكنه نعمة تُمنَح للبعض.

ثالثاً: حبه للإحسان وحب الخير الخفي:

كان يأتي بالدقيق والقمح يحمله بنفسه إلى الأسر التي لا تمد يدها للسؤال حياءً، عاملاً في ذلك بقول السيد المسيح: ***"وأمَّا أنت فمتى صنعت صدقةً فلا تُعرِّف شمالك ما تفعل يمينك"*** (مت ٦: ٣).

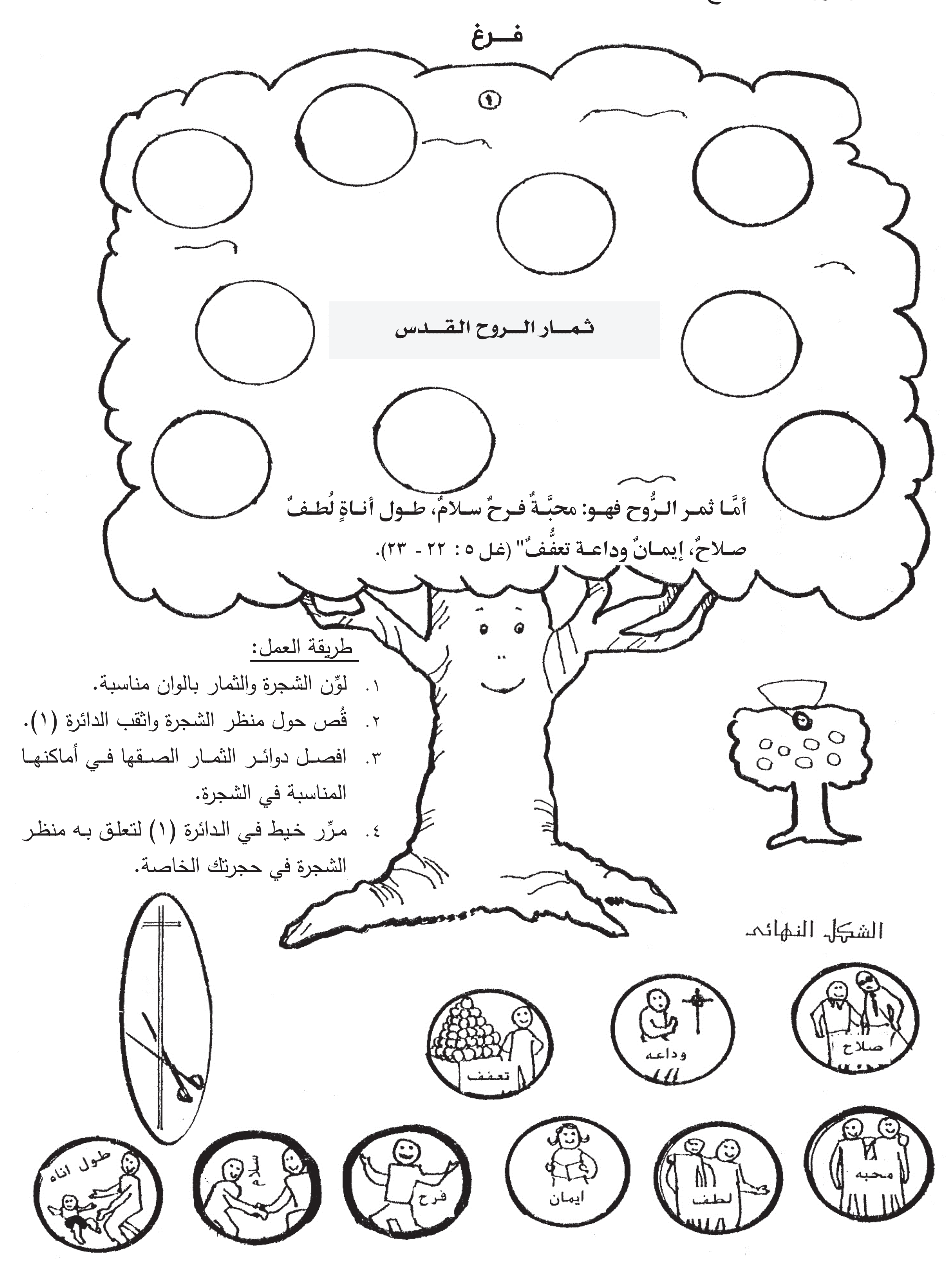
ويقال أنه في إحدى الليالي كان يسير مُتنكراً مُلثّماً في بعض أزقة القاهرة وعلى كتفه سلة ثقيلة الحمل فقابله شخص يعمل في دار البطريركية فرآه يقرع الأبواب ويترك ما في السلة ويجري، فشكَّ في أمره وأمسكه وإذ به يكتشف أنه الأنبا صرابامون أسقف المنوفية.

التطبيق:

١- إن التأمل في سير القديسين ينقلنا إلى دائرة الرجاء والأمل، فكم عظَّم الرب الصنيع معهم فتمجد اسمه، وتبدلت المواقف من الشر إلى الخير من الظلام إلى النور، وسيرة هذا الأسقف البسيط الذي كانت درايته بالقراءة محدودة، عظة لنا كم يصنع الرب بقديسيه وخائفي اسمه.
٢- إن اللَّه ينظر إلى الأعمال التي فيها محبة للآخرين خاصة وإن كانت في الخفاء، فمساعدة زميل في الدراسة في دروس يحتاج فيها لمساعدة لهو أمر مُحبّب لدى اللَّه، ومساعدة زميل محتاج لعمل مقبول لدى اللَّه "فأبوك الذي يرى في الخفاء يجازيك علانية" كما فعل مع القديس الأنبا صرابامون.

التدريب:

- عمل صندوق خاص لفصل التربية الكنسية لمساعدة المحتاجين أو للمساهمة ودعم اشتراك رحلة أو خلوة روحية ... الخ.



الشهيدة دميانه - الشهادة للمسيح في حياتنا

المراجع:

- "الاستشهاد في المسيحية، ص ٤١، ٥٠، ١٦٢" - للأنبا يؤانس أسقف الغربية.
- "الأعياد الكبرى" - الأنبا بيمن.
- "القيم الروحية لعيد النيروز" - للقمص تادرس يعقوب.
- "تاريخ الكنيسة القبطية، ص ٢٢٢" - للقس منسّى يوحنا.
- "شهداء الأقباط في عصر الرومان ص ١٠٣" - حلمي أرمانيوس.

آية الدرس:

"**وهـم لم يَكُن العالـم مُستحقـاً لهـم**" (عب ١١: ٣٨).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك معنى الاستشهاد في حياتنا اليومية.
- يشعر بالاعتزاز بالطهارة والقداسة والعفة.
- يفهم أن الشهداء حافظوا على إيمانهم ومحبتهم وطهارتهم.
- يقدر أن يشهد للسيد المسيح أمام أصدقائه وأمام العالم.
- يستنتج أن عصر الاستشهاد لم ينتهِ.
- يقدر أن يكون أميناً في حياته الروحية، وأن يواظب على التقدُّم لوسائط النعمة أسبوعياً.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

- احضر زهرة حمراء وقد قطفت وتبدو على وشك الذبول، ثم أقم حواراً حول ماذا سيحدث لها!
- إن هذه الزهرة، مثل حياة الشهيد تماماً، فكان من الضروري أن يموت الشهيد القبطي ليعطي بذرة الحياة الجديدة.

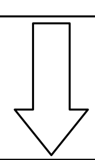
❖ دماء الشهداء هى بذرة الإيمان ... فقد وصَّلْت لنا وللعالم كله المسيحية.

- ولكن مَنْ هو "الشهيد"؟
- وما هو "الاضطهاد الروماني للكنيسة"؟ هذا ما سنعرفه اليوم.

عـرض الـدرس:

- كانت سياسة الدولة الرومانية إزاء الديانات الأخرى هى التسامح إلى حد ما ... (كان اليهود يتمتعون بحماية خاصة منذ عهد يوليوس قيصر).
- وقد نظر الرومان الوثنيين حتى حكم تراجان (٩٨ – ١١٧ م) إلى المسيحية كخُرافة دنيئة لا تستحق أن يلتفت إليها، ولكن انتشارها السريع جعل من غير الممكن تجاهلها.

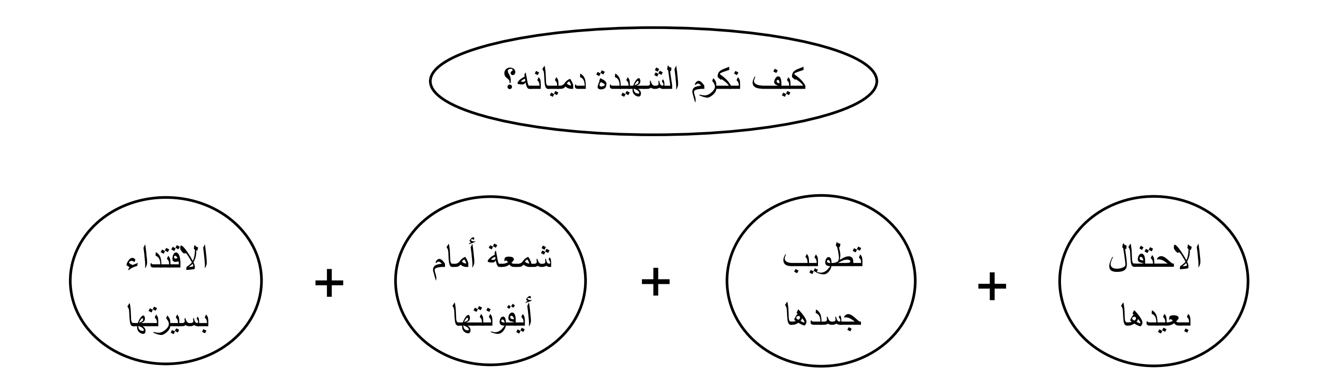
❖ الأسباب التي جعلت الدولة الرومانية لا تتسامح مع المسيحية:



١- المسيحية أتت بمفاهيم دينية جديدة عمَّا درج عليه العالم القديم.
٢- المسيحية جاءت كديانة المسكونة.
٣- المسيحية نادت أنها الديانة الوحيدة الحقَّة.
٤- المسيحية علَّمت بفصل الدين عن الدولة.
٥- الحماس الشديد للروحانية.
٦- اتهام المسيحية بالإلحاد وفساد الخُلق.
٧- المنتفعون (كهنة الأوثان - المُشعوذون - الصُنَّاع - التجار).
٨- الفلاسفة الوثنيون.

قصة حياة القديسة دميانه:

- مِن أعظم شهيدات مصر دون منازع.
- والِدها هو مرقس: والي البرلس والزعفران.
- في سن الـ ١٥ عاماً رفضت الزواج واختارت البتولية.
- في أثناء فترة اضطهاد الإمبراطور الروماني دقلديانوس، بخَّر والِدها للأوثان ...، ثم رجوعه، ثم استشهاده.
- رفضت التبخير للأوثان، استشهادها.
- أمر الإمبراطور المسيحي قسطنطين الكبير ببناء كنيسة على اسمها، فوجد قبرها، ودشنها البابا الكسندروس في ١٢ بشنس.
- يوجد دير للراهبات بِاسمها.



كيف نكرم رب الشهداء؟

١- أشهد له أمام الآخرين:

١. أشهد للمسيح أمام أصدقائي.

٢. أشهد للمسيح أمام أولاد العالم.

٣. أشهد للمسيح أمام العالم.

٢- أشهد له في حياتي اليومية:

١. المواظبة على صلوات السواعي.

٢. المواظبة على التقدم لوسائط النعمة وحضور القداس الإلهي للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين.

٣. المواظبة على قراءة الكتاب المقدس.

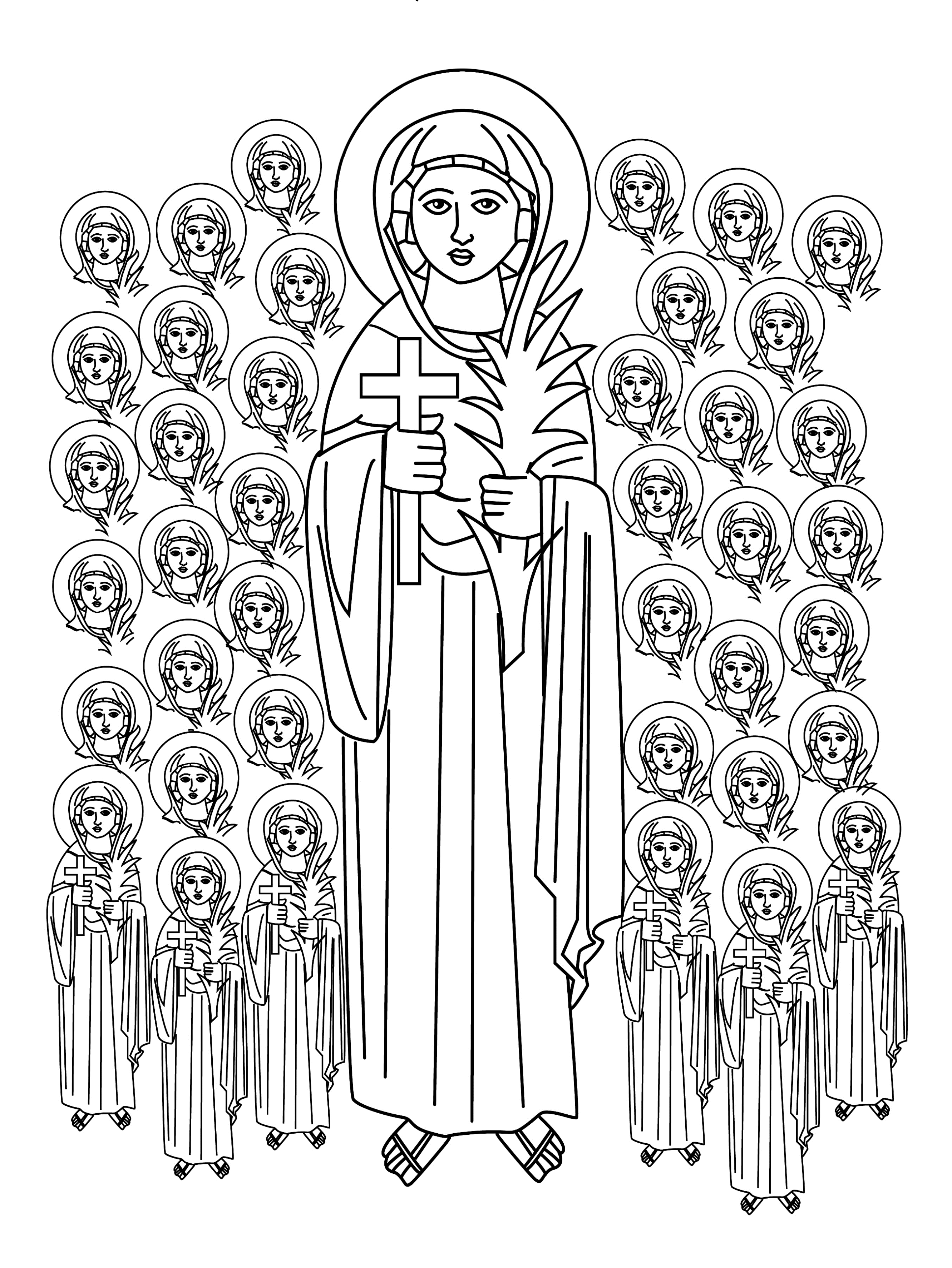
التطبيق:

ضرورة الشهادة للمسيح في المدرسة والنادي والبيت وفي كل مكان.

التدريب:

اتخاذ القديسة دميانه شفيعة لنا.

الشهيدة دميانه والأربعين عذراء





المراجع:

- الكتاب المقدس.
- "قضايا شبابية واجتماعية" ـ للمتنيح الأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "التربية المسيحية" ـ للمتنيح الأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "هل أنت مسيحي" - د. عادل حليم.

آية الدرس:

"إن اللّه اختاركم من البدء للخلاص، بتقديس الروح وتصديق الحقِّ" **(٢ تس ٢: ١٣).**

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف أن السيد المسيح صُلب ومات عنا من أجل أن يهبنا الحياة.
- يدرك أن الإنسان هو كاهن الخليقة كلها.
- يفهم أن الإنسان يحمل البعد الداخلي والبعد الخارجي معاً، أي الحياة الباطنية والحياة الاجتماعية معاً.
- يقرر أن يعيش كإنجيل معاش، وذلك من خلال مواقف إيجابية في حياته.
- يقرر أهمية الصلاة والإنجيل والأسرار في حياته ليحيا حياة النصرة.
- يقرر المواظبة على التقدم للأسرار المقدسة أسبوعياً.

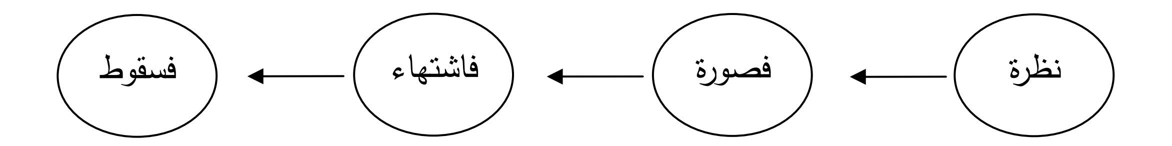
خطوات سير الدرس:

التهيئة:

- للاسكيمو في أقصى الشمال طريقة خاصة لصيد "الدب"، فهم يأخذون قطعاً صغيرة من العظم الصلب حادة كالإبر، ثم يكسونها بطبقة من اللحم ويشكلونها على هيئة حرف U ثم يدعونها تتجمد. وعندما يشم الدب رائحة اللحم ويأكلها، تستقيم قطعة العظم في داخله وتخترق جدار المعدة والأمعاء، ثم ينزف دماً من الداخل. ثم يقوم الصيادون بتتبع الدم السائل على الثلج حتى يصلوا إلى حيث يوجد الدب الميت.

- إن الإنسان يشبه هذا الدب، فهناك شيء بداخله اسمه "الخطية"، وهذه الخطية تجعل طبيعة الإنسان ملتوية فيسير في طريق التمرد والعصيان على خالقه. ولقد صدق القديس "أغسطينوس" حينما قال:

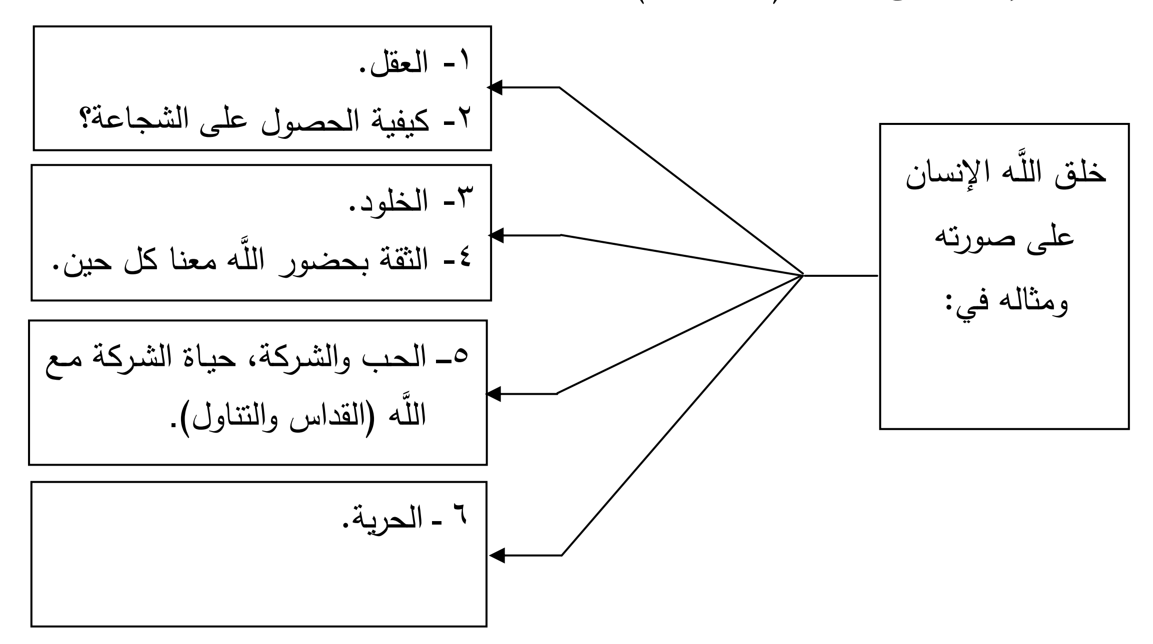
إن تاريخ انحدار الإنسان إلى الخطية يتضح في أربع كلمات:



عرض الدرس:

لماذا يبحث الإنسان عن المكانة والثروة والسلطان؟

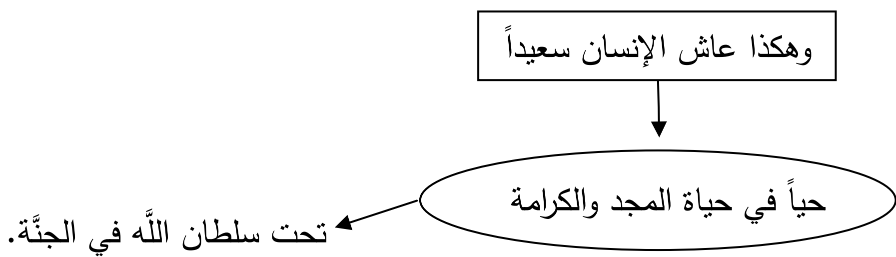
- خلق اللَّه الإنسان على صورته (تك ١: ٢٦) ومثاله:



- لقد خلق اللَّه الإنسان ليكون وكيلاً عنه في إدارة الأرض، فكانت مسئولية الإنسان أن يدير العالم من أجل اللَّه.

" أخذ الرب الإله آدم ووضعه في جنَّة عدنٍ ليعملها ويحفظها" (تك ٢: ١٥).

- لقد خلق الإنسان ليكون تحت سلطان اللَّه، وكانت قيمته وكرامته مستمدتين من شركته مع اللَّه والخضوع له.



- ولكنه فجأة حطم كل شيء، لقد فقد الإنسان قُربه من اللَّه، وذلك بسبب:

١- الخطية
٢- عدم طاعته

وبالتالي: فقد شعوره بالشخصية والقيمة والهدف في حياته.

- لقد طُرد من الجنَّة، وفقد الإنسان ذاته.
- وبالابتعاد عن اللَّه أصبح لا يملك سبباً وجيهاً يجعله آمناً وله قيمة، وأصبح إحساسه بالقيمة مستمداً من العالم، ليس من اللَّه.
- ولذلك فالإنسان في شديد الحاجة إلى البحث عن:

"مكانته ووظيفته، والمال، والثروة، والحب، والقوة".

لعل عن طريقها يستعيد كرامته وقيمته، ولو لوقت قصير، إلى أن يعود مرة أخرى إلى التراب.

هل من الممكن أن يبدأ الإنسان من جديد؟

هناك سؤال بأسلوب آخر: هل يمكن للإنسان أن يحصل على كرامته وقيمته الأصلية كتاج للخليقة؟!

+ هناك قصة حقيقية حدثت في أثينا:

حُكِم على رجل اسمه "اسخيلس" بالموت، وقبل تنفيذ الحكم اقتحم أخوه "منتياس" قاعة المحاكمة، وكان المعروف أنه قائداً عسكرياً مشهوراً، أظهر بطولات كثيرة ضد أعداء أثينا حتى أنه بترت ذراعه في إحدى هذه المعارك. وعندما دخل "منتياس" المحكمة أشار إلى ذراعه المبتورة دون أن يتكلم، فنظر القضاة إلى علامة تضحيته في سبيل بلاده، وأصدروا حكماً بالعفو عن أخيه المجرم، من أجله.

+ وهذا ما فعله الرب يسوع من أجل البشرية، فلقد صُلب ومات عنا من أجل أن يهبنا الحياة:

" لأنه هكذا أحب اللَّه العالم حتى بذل ابنه الوحيد، لكي لا يهلك كل من يؤمن به، بل تكون له الحياة الأبدية" (يو ٣: ١٦).

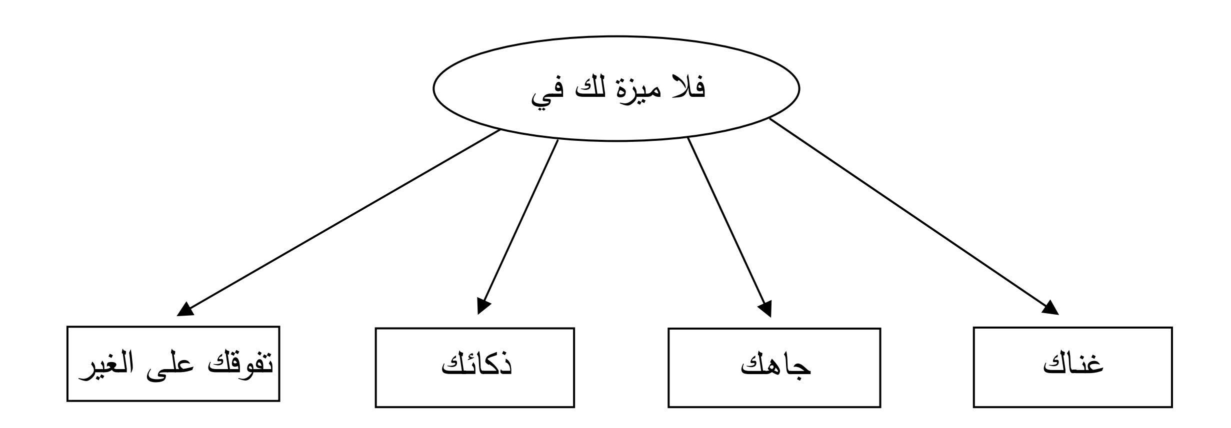
ـ إن السيد المسيح ـ اللَّه الذي صار إنساناً ـ دفع ثمن خطيتنا على الصليب، وهو يريد أن ينقلنا من طغيان إبليس إلى ملكوت اللَّه، وشرطه ما زال كما كان لآدم، فهو لنا: "أن نكون مطيعين له على الدوام".

"إن اللَّه اختاركم من البدء للخلاص، بتقديس الروح وتصديق الحقِّ" (٢ تس ٢: ١٣).

. وعندئذ فقط نكتشف ذاتنا كأولاد للَّه، وبالتالي لا نحتاج للبحث عن بديل للَّه مثل:

" المال، المكانة الأدبية، القوة، السلطان، ... ".

بل نستخدم هذه الأشياء كوسيلة بها نعكس ذاتنا الحقيقية كأولاد اللَّه.



ميزتك هى شهادتك للمسيح

التطبيق:

حتى أعرف ذاتي كابن للَّه، فلن ألجأ للعالم، ولا إلى أي شيء مادي يحقق قيمتي وذاتي:

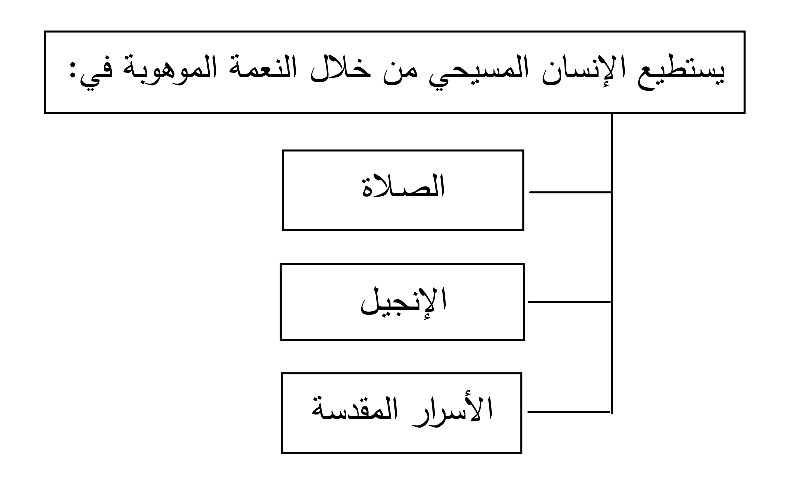
١- في العمل: نقوم بعملنا بأمانة وإخلاص، كما لو كنا نعمل لأجل اللَّه.

٢- المال: إننا كأولاد للَّه لنا كنز في السماء [لا يصاب بالتضخم، ولا تنقص قيمته].

فابن اللَّه لا تتغير قيمته مهما زاد أو نقص حسابه بالبنك.

٣- الملكية: إن كل ما نملك هو عطية من اللَّه، لقد قدمه لنا كسلفه ونحن وكلاء عليها.

يمكن للإنسان المسيحي أن يمارس مسيحيته ويصبح إنجيلاً معاشاً، ويتضح ذلك من خلال مواقفه الإيجابية في حياته الاجتماعية واليومية.



"أن يحب أعداءه، ويغلب أهواءه، وأن يتسم بالوداعة والاحتمال، وأن يتجاوز كل تعصب ويقبل الآخرين، وأن يحيا بالإيمان بلا قلق أو خوف".

التدريب:

إن واجبنا نحو صورة اللَّه التي خُلقنا عليها:

١) أن نتحد به:

أن نجدد عمل معموديتنا التي ولدنا فيها أبناء اللَّه وللأم الكنيسة وتثبتنا فيه من خلال سر الميرون، ونتمتع بنوال بركة سر الافخارستيا المقدم لنا مجاناً كل يوم وذلك لكي:

يدخلنا في شركة فعلية
واتحاد شخصي مع اللَّه

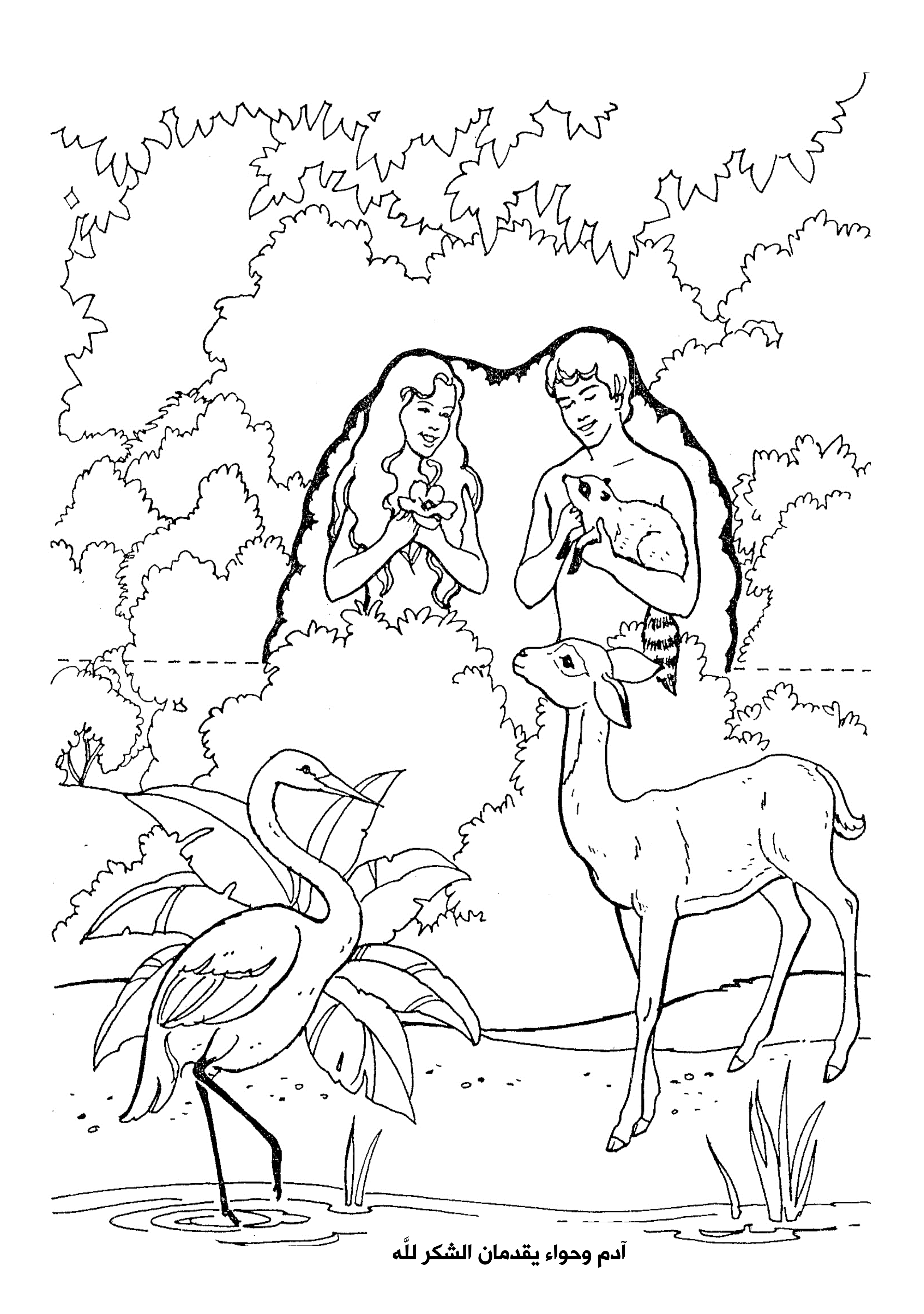
٢) أن نحافظ عليها:

يجب علينا أن نجتهد حتى لا تتشوه هذه الصورة، وذلك بالطاعة والتأمل في صفات اللَّه:

" واهتفي للرب يا كل الأرض... أعبدوا الرب بفرحٍ...
اعلموا أن الرب هو اللَّه... هو صنعنا، وله نحن شعبه...
احمدوه، باركوا اسمه. لأن الرب صالح... " (مز ١٠٠).

الأرض كلها تهتف للَّه وتحمده وتمجده على ثلاثة أمور واردة في (مز ١٠٠: ٣) وهي:

١- هو اللَّه ⟵ القدوس، الحي، الدائم.
٢- هو صنعنا ⟵ يجب ألا تتشوه بالخطية تلك الصورة التي خلقنا عليها.
٣- نحن شعبه ⟵ أعطانا كل الإمكانيات ويحافظ علينا، أعطانا الروح القدس المُلازم لنا، والساكن فينا.



آدم وحواء يقدمان الشكر للّه



المراجع:

- الكتاب المقدس (أع ٩: ٣٦ ـ ٤٣).
- "الوسائط الروحية" ـ للبابا شنوده الثالث.
- "بستان الروح جـ ٢" ـ للأنبا يؤانس أسقف الغربية.
- "تفسير سفر أعمال الرسل" ـ للأنبا أثناسيوس.
- "تفسير سفر أعمال الرسل" ـ للقمص تادرس يعقوب ملطي.
- "الشخصيات النسائية في الكتاب المقدس" ـ للقس يوحنا حنين.
- "كل نساء الكتاب المقدس" ـ هربرت لوكير.

آية الدرس:

"يا ابني، اذهب اليوم اعمل في كرمي" (مت ٢١: ٢٨).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك سر عظمة الخدمة، بأن يستثمر حياته لأجل المسيح في الآخرين.
- يعرف أن الخدمة هى تعبير عن الحب المختزن في القلب نحو اللَّه والكنيسة.
- يفهم شروط الخدمة الناجحة، ويعمل على أن يحققها في حياته.
- يستنتج أن الخدمة الناجحة المطلوبة هى التي تنبع من قلب مُحبٍّ للَّه، ولا يريد سوى تمجيد اللَّه.
- يدرك أن طريق الخدمة هو طريق جهاد، ويبدأ يُعدّ نفسه للخدمة بالاهتمام بحياته الروحية.
- يقرِّر المواظبة على التقدم للاعتراف والتناول من الأسرار المقدسة، ليثبت في المسيح، ويكون إناءً نافعاً لخدمة السيد، وينال بركة الخدمة في حياته.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

اليوم ستعرف أعظم آلة في العالم، وهى لا تكلف شيئاً:

- هل هى: الكمبيوتر أم الموبايل أم الدِّش!!

- إن الآلة التي نتكلم عنها اليوم لم يستطع الإنسان أن يصنع مثلها.
- كل واحد منا لديه اثنتان من هذه الآلات... إنها اليد البشرية.

فاليد تحتوي على عدة أجهزة مختلفة:

- العضلات: التي تعطيها القوة.
- الدم: الذي يمدها بالغذاء.
- الأعصاب: التي تدفعها للعمل.
- الجلد: يحتوي على الأعصاب والعضلات ويُمكِّننا من الإمساك بالأشياء بسهولة.
- الأظافر: تحمي اليد وتزيد من صلابتها.

لقد أعطانا اللَّه أيدينا كآلة عظيمة ومُدهشة لكي نستخدمها لتكون نافعة وتساعد الآخرين.

اليوم سنعرف قصة امرأة استخدمت يديها في خدمة الأرامل، فكانت ممتلئة أعمالاً صالحة وإحسانات كانت تعملها، لقد استخدمت يديها لتخدم خدمة محبة بدون مقابل.

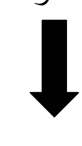
عرض الدرس:

- كانت هناك امرأة تعيش في يافا اسمها " طابيثا "، وكانت ممتلئة أعمالاً صالحة وكانت تخدم بأعمالها الخيرية مانحة الفرح والسرور لفقراء كثيرين، فقد كانت تصنع لهم ولأولادهم الثياب، وكانت أيضاً تقدم الطعام للجائعين وكانت تحب وتخدم الجميع، فأحبها الجميع.
- ولمَّا كان "بطرس" في "لدَّة" مرضت "طابيثا" وماتت، فحزن عليها الأصدقاء والمعارف لأنهم سيحتاجون لكلماتها المعزية الرقيقة وأعمالها الكثيرة الصالحة، ولمَّا ماتت غسَّلوها ووضعوها في علِّية.
- وعندها تذكر أصدقاؤها ومعارفها أن "بطرس" موجود في "لدَّة"، أرسلوا رجلين ليُحِضرا بطرس بسرعة، وكان "بطرس" مستعداً لأن يقوم بأي خدمة من أجل خاطر المسيح، فقام وجاء معهما، ولمَّا وصل "بطرس" إلى هناك صعدوا به إلى العلِّية ووقفت النساء باكيات يُرينه أقمصة وثياباً مِن صُنع طابيثا.
- أخرج "بطرس" الجميع خارجاً مُتذكِّراً أن الرب يسوع كان يبكي مع الباكين، ثم ركع وجثا على ركبتيه مُصلِّياً، ثم التفت إلى جسد "طابيثا" وقال: "يا طابيثا قومي!"، ففتحت عينيها. ولمَّا أبصرت "بطرس" جلست، فناولها يده وأقامها، ثم نادى المؤمنين والأرامل وأحضرها حية أمامهم، وكم فرح الأصدقاء برجوع "طابيثا" للحياة من جديد، وصلُّوا للرب شاكرين (أع ٩: ٢٩).
- وعندما سمع سكان يافا بدأوا يتحدثون عنها في كل مكان وآمن كثيرون بالسيد المسيح.
- قد يتساءل أحد " إني لا زلت صغيراً " فما هى الخدمة التي يمكن أن أخدم بها اللَّه.
- إن الخدمة ليست للكبار فقط، فالكتاب المقدس مليء بالفتيان والفتيات الذين قاموا بخدمات متنوعة للَّه، مثل صموئيل، داود، وطابيثا... ولكن ما هى الخدمة!!

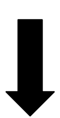
ما هى الخدمة؟

الخدمة هى: حُب مُقدَّس امتلأ به قلب إنسان أحب اللَّه وعاش معه وذاق حلاوته، فأخذ يدعو بين الناس "ذوقوا وانظروا ما أطيب الرب".

- الخدمة تعبير عن الحب المُختزن في القلب نحو اللَّه والناس، وعن طريقها نُعبِّر عن:



"محبتنا للَّه ولنشر ملكوته"



"لأن المحبة العملية تَظهر عن طريق الخدمة"

سموّ الخدمة وعظمتها:

١) واسطة لتقريب القلوب إلى اللَّه.

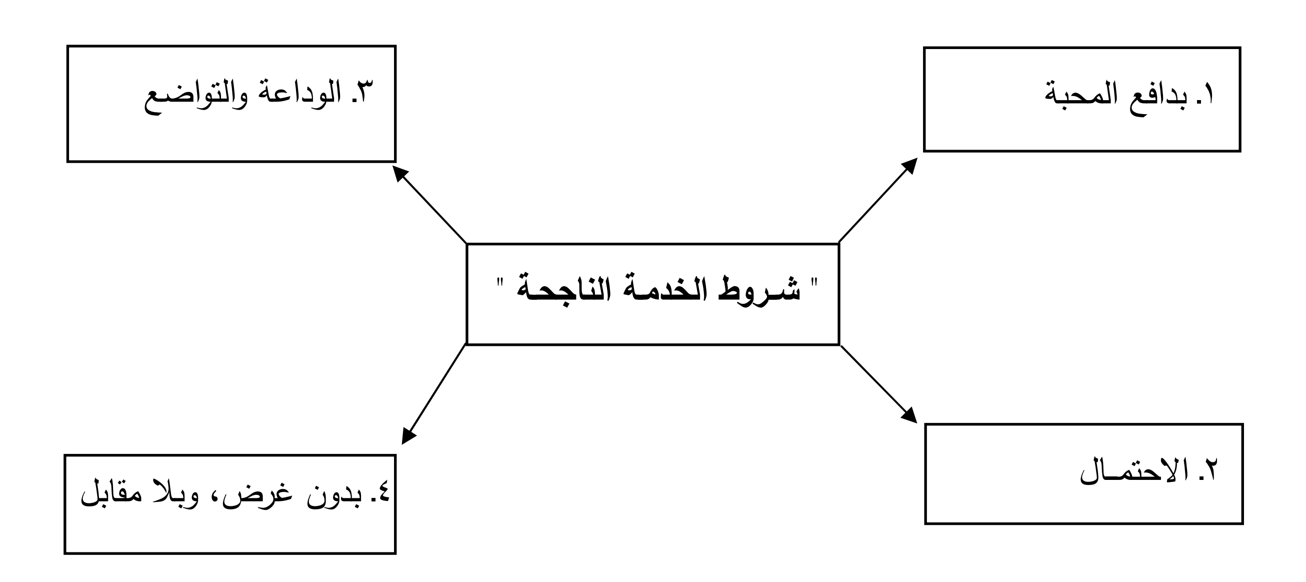
٢) واسطة لتجديد النفوس، وجذبها إلى ملكوت اللَّه.

أنواع الخدمة:

الخدمة عدة أنواع، منها الاجتماعية ومنها أيضاً الروحية، وهناك خدمات عديدة أخرى سواء كانت داخل الكنيسة أو في مدارس الأحد أو نادي الكنيسة.

التطبيق:

هناك عدة شروط يجب أن تتوافر حتى تكون الخدمة ناجحة وهى:

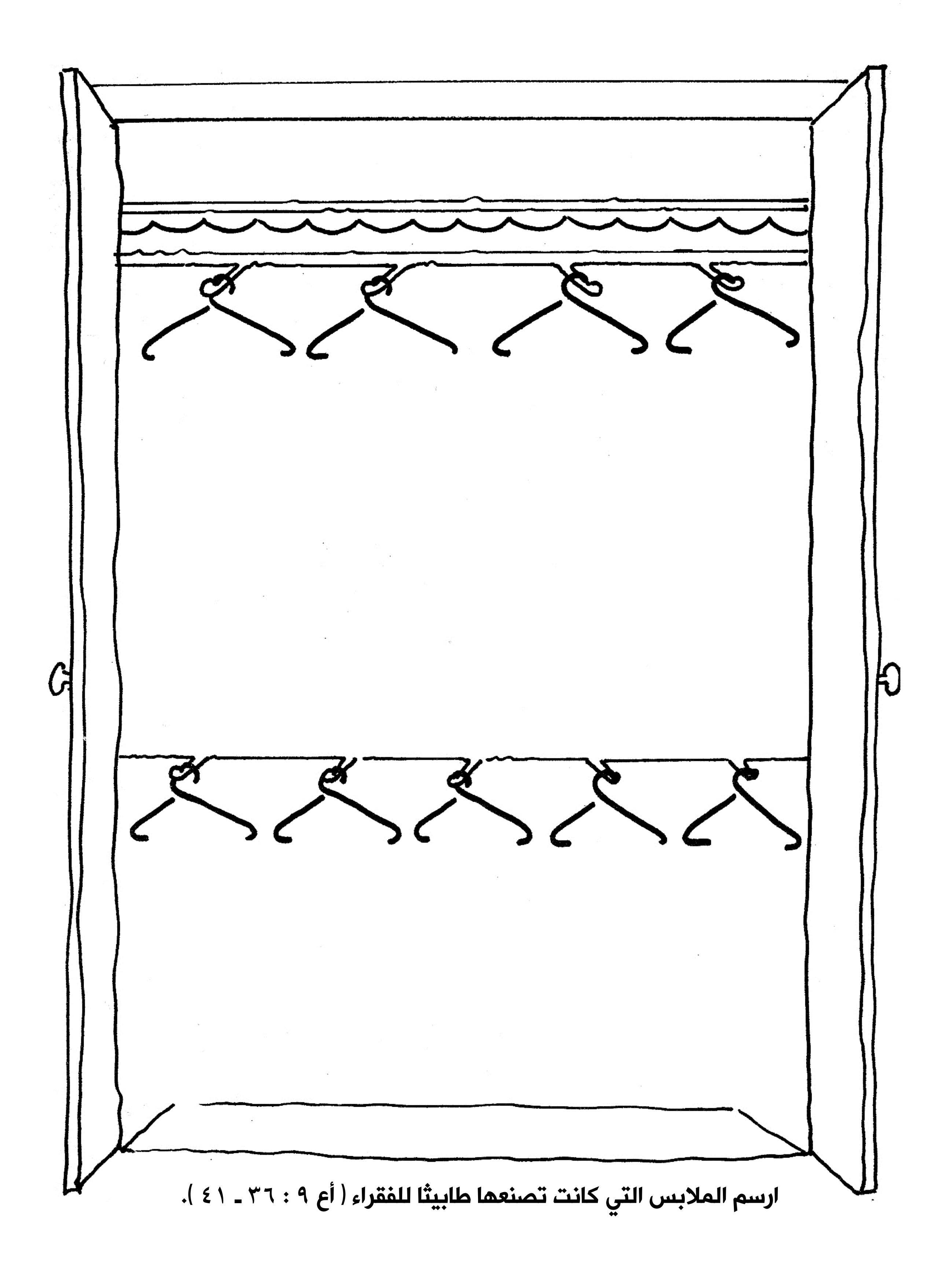


١) المحبة: أن تحب اللَّه وتحب الملكوت وتحب الناس، فالمحبة هى أقوى دافع للخدمة الناجحة.
٢) الاحتمال: من شروط الخدمة الروحية أن تمتزج بالاحتمال والتضحية والبذل، وتَحمُّل المتاعب والصعوبات.
٣) بدون غرض، وبلا مقابل: لقد كانت "طابيثا" تتعب وتخدم الأرامل (أع ٩: ٣٦ ـ ٤٢) فكانت ممتلئة أعمالاً صالحة وإحسانات كانت تقوم بها، فأحبَّها الجميع، لقد كانت خدمتها لهم خدمة محبة وبدون مقابل.
٤) الوداعة والتواضع.

التدريب:

لكي تنال بركة الخدمة في كَرْمِ الرب (سواء في خدمة الشماسية أو خدمة إخوة الرب أو أي خدمة في الكنيسة، يجب علينا أن نهتم بـ:

١) حياتنا الروحية: المواظبة على الصوم والاعتراف والتناول من الأسرار المقدسة، وممارسة بقية الوسائط الروحية.
٢) المحبة: عندما يمتلئ قلب الإنسان بالمحبة، تأخذه الغيرة على خلاص إخوته وإسعادهم.
٣) الصلاة: هى سرّ القوة في حياة الخادم (أن يُصلِّي من أجل نفسه وخلاصها، ومن أجل خدمته وفاعليتها).
٤) دراسة كلمة اللَّه: الكتاب الأول والأخير الذي ينبغي على الخادم أن يدرسه بعمق هو الكتاب المقدس بالإضافة إلى سير القديسين وتاريخ وطقس الكنيسة.



ارسم الملابس التي كانت تصنعها طابيثا للفقراء (أع ٩ : ٣٦ ـ ٤١).



المراجع:

- الكتاب المقدس (١ صم ٢٥).
- "تفسير سفر صموئيل الأول" - القمص تادرس يعقوب.
- "تفسير سفر صموئيل الأول" - الأرشيدياكون نجيب جرجس.
- "مهارات لازمة للحياة" - القس رافائيل ثروت.
- "حوار الحضارات وضرورة التفاعل" - الأنبا موسى.

آية الدرس:

"الكلامُ الحسنُ شهدُ عسلٍ، حلوٌ للنَّفس وشفاءٌ للعظامِ" (أم ١٦ : ٢٤).

أهداف الدرس: **في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:**

- يُدرِك ما هى سمات الحوار الناجح، وكيف يتحدث مع الآخرين بفاعلية.
- يفهم أن مَنْ يتعامل مع الآخرين يجب أن يتقن مهارة الحديث، ومهارة الإنصات.
- يعرف أن الحب هو نقطة البداية لأي حوار فعّال.
- يدرك أن كل ما يمارسه مِن أفعال يحتاج إلى نقاش دائم حتى يستطيع أن يطوِّر أفكاره ويُصوِّب ممارساته.
- يقرر أن يكون حواره مع الآخرين حكيماً مُتمثِّلاً بالمسيح.
- يقرر أن يكون له حوار يومي مع اللَّه من خلال المواظبة على الصلاة بالأجبية يومياً.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

* يتساءل الخادم: ما هو الفرق بين " الترمومتر " و" الترموستات "؟
* يُقيم الخادم حواراً ثم يجيب:

- **الترمومتر:** ليس له تأثير على درجة حرارة الجو، لكنه يسجلها فقط، لهذا فالترمومتر دائم الصعود والهبوط.
- **الترموستات:** ينظم درجة الحرارة ويقوم بتغييرها حسب الحاجة.

* فهل يا ترى لك القدرة على تغيير الأشياء، أم بالعكس، الأشياء من حولك هى التي تغيرك.
* اليوم سنعرف قصة امرأة استطاعت أن تغير الأحداث.

عرض الدرس:

* عندما كان داود هارباً من وجه شاول ومطروداً، كان يُقيم هو ورجاله في البرية، ووجوده هناك كان عاملاً على حراسة رعاة نابال وأغنامه، ولمَّا رجعوا بالأغنام لجزّها، صنع نابال وليمة عظيمة في الكرمل بهذه المناسبة كعادة القوم في ذلك الوقت ... فانتهز داود هذه الفرصة وأرسل إليه عشرة من غلمانه يطلب منه أن يمده بشيء مما أعده في هذه الوليمة، لكنه رفض أن يعطيهم شيئاً وتحدث إليهم بجفاء، وأرجعهم فارغين.
* فاستاء داود جداً حينما سمع بهذا الكلام، صعد ومعه أربعمائة رجل بسيوفهم لينتقم من نابال. وفي نفس الوقت أسرع واحد من غلمان نابال وأخبر أبيجايل. وقال لها: "**والآن اعلمي أنظري ماذا تعملين، لأن الشر قد أُعدَّ على سيِّدنا وعلى بيته** " (١ صم ٢٥ : ١٧).
* فأسرعت أبيجايل وأخذت خبزاً وخمراً وذبائح وفريكاً وزبيباً وتيناً. وسارت لتقابل داود في الطريق، فلمَّا رأته أسرعت ونزلت عن الحمار وسجدت إلى الأرض عند قدميه، وقالت: " **عليَّ أنا يا سيِّدي هذا الذنبُ** " (١ صم ٢٥ : ٢٤). وتأسفت له بكلام طيب وقالت: " **والآن هذه البركةُ التي أتت بها جاريتك إلى سيِّدي فلتُعطَ للغلمان السائرين وراء سيِّدي، واصفح عن ذنب أمتِكَ** " (١ صم ٢٥ : ٢٧ - ٢٨).
* فَسُرَّ بها داود، وشكر الرب الذي أرسلها لاستقباله في ذلك اليوم. وقال: "**ومباركٌ عقلك، ومباركةٌ أنتِ، لأنكِ منعتِني اليوم مِنْ إتيان الدِّماء وانتقام يدي لنفسي**" (١ صم ٢٥ : ٣٣).
* فأخذ داود من يدها ما أتت به إليه وقال لها: " **اصعدي بسلامٍ إلى بيتك. انظري. قد سمعتُ لصوتكِ ورفعتُ وجهكِ** " (١ صم ٢٥ : ٣٥).
* وعادت أبيجايل إلى بيتها، فإذا بزوجها في الوليمة، وكان سكراناً جداً فلم تخبره شيئاً، بل أخبرته في الصباح بما حدث، فمات قلبه داخله وصار كحجر، وبعد عشرة أيام ضربه الرب، فمات.
* وسمع داود أن نابال قد مات، فبارك الرب الذي انتقم له وأمسكه عن الشر، وأرسل داود وأخذ أبيجايل امرأة له.

لقد كانت " أبيجايل " - تلك المرأة الحكيمة - ذكية في حوارها مع " داود "، لقد كانت إنسانة بالغة الذكاء والفهم حيث حشدت أجمل المعاني وأكثرها بلاغة وقناعة وحُجَجاً.
لقد استطاعت بحكمتها وحسن تصرفها أن تمنع الشر وتصنع إحساناً إلى زوجها، فينجو من غضب داود وانتقامه، وصنعت إحساناً إلى داود فتجنّب السقوط في خطأ الانتقام للنفس.

ما هو الحوار؟

* الحوار هو الوسيلة التي بمقتضاها تُنقَل المعلومة والمعنى بين شخصين أو أكثر، مما يؤدي إلى استمرار الاتصال بينهم.

* **سمات الحوار الناجح:**

١- من أدب الحوار أن يستمع كل طرف للآخر حتى ينتهي من حديثه.

٢- احترام المتحدث.

٣- استخدام الألفاظ الرقيقة المهذبة.

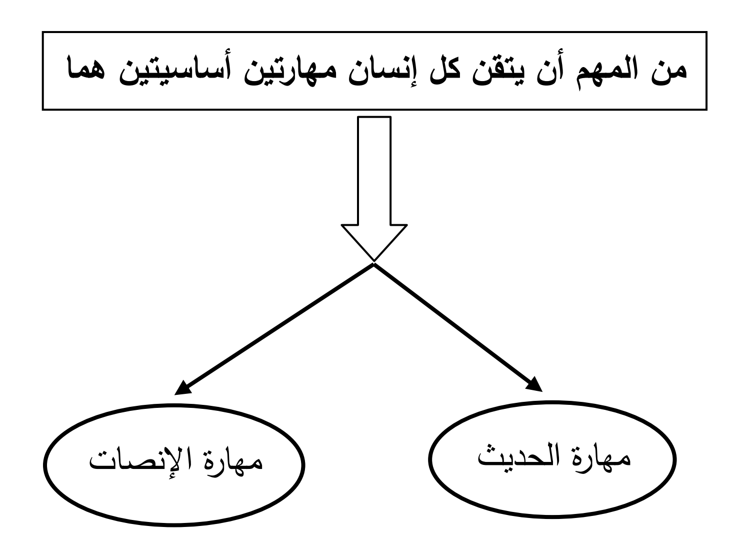
٤- أن يكون موضوعياً.

٥- أن يتحدث المُحاوِر في الموضوعات التي يفهمها تماماً.

* والسيد المسيح قدّم لنا نموذجاً رائعاً للحوار الناجح الذي يستطيع أن يكسب الآخرين مثل حواره مع نيقوديموس (يوحنا ٣)، وحواره مع المرأة السامرية (يو ٤: ١ – ٢٤)، وحواره مع المولود أعمى (يوحنا ٩).

التطبيـق:

من يتعامل مع الآخرين، يجب أن يتقن مهارتين أساسيتين، مهارة الحديث ومهارة الإنصات.



لكي تتحدث مع الآخرين بفاعلية يجب عليك مراعاة ما يلي:

١- حدِّد هدفك من الحديث.

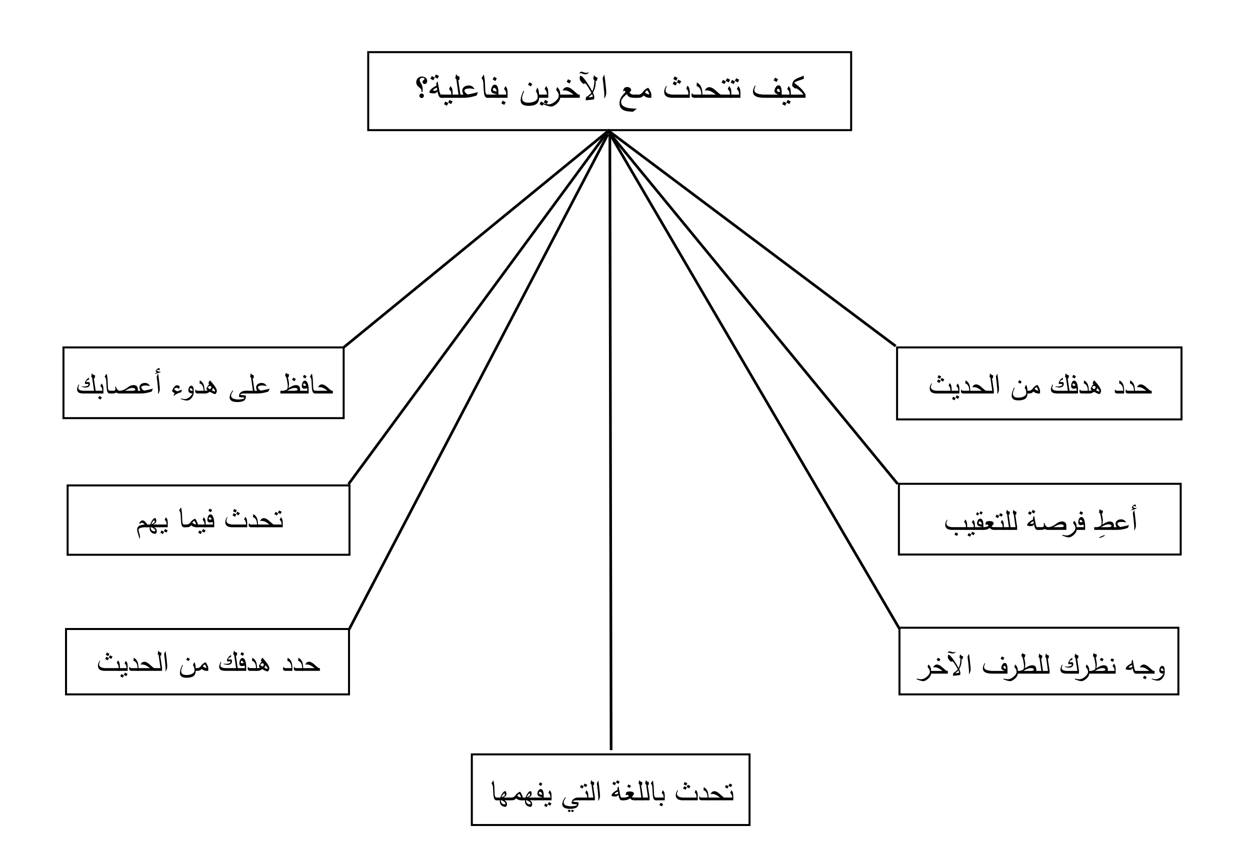
٢- أعطِ فرصة للطرف الآخر لكي يُعقِّب على ما تقول.

٣- وجّه نظرك للطرف الآخر أثناء الحديث حتى تدرك مدى فهمه لمَّا تقول، ومدى اهتمامه برسالتك.

٤- تفهّم مشاعر الطرف الآخر وحالته النفسية.

٥- تحدث في الموضوعات التي تهم الطرف الآخر.

٦- حافظ على ابتسامتك وهدوء أعصابك ليتقبَّل المُستَمِع رسالتك.



التدريب:

* إن المدخل الرئيسي للحوار الإيجابي، أن تدخل إلى أعماق المتكلم لتُلِم بما يقوله من وجهة نظره، وتكون بالتأكيد حقيقة وجهة نظره مفهومة.
* ولتصبح منصتاً إيجابياً قم بتدريب نفسك على ما يلي:

١- اظهر اهتمامك وتركيزك مع المتحدث.

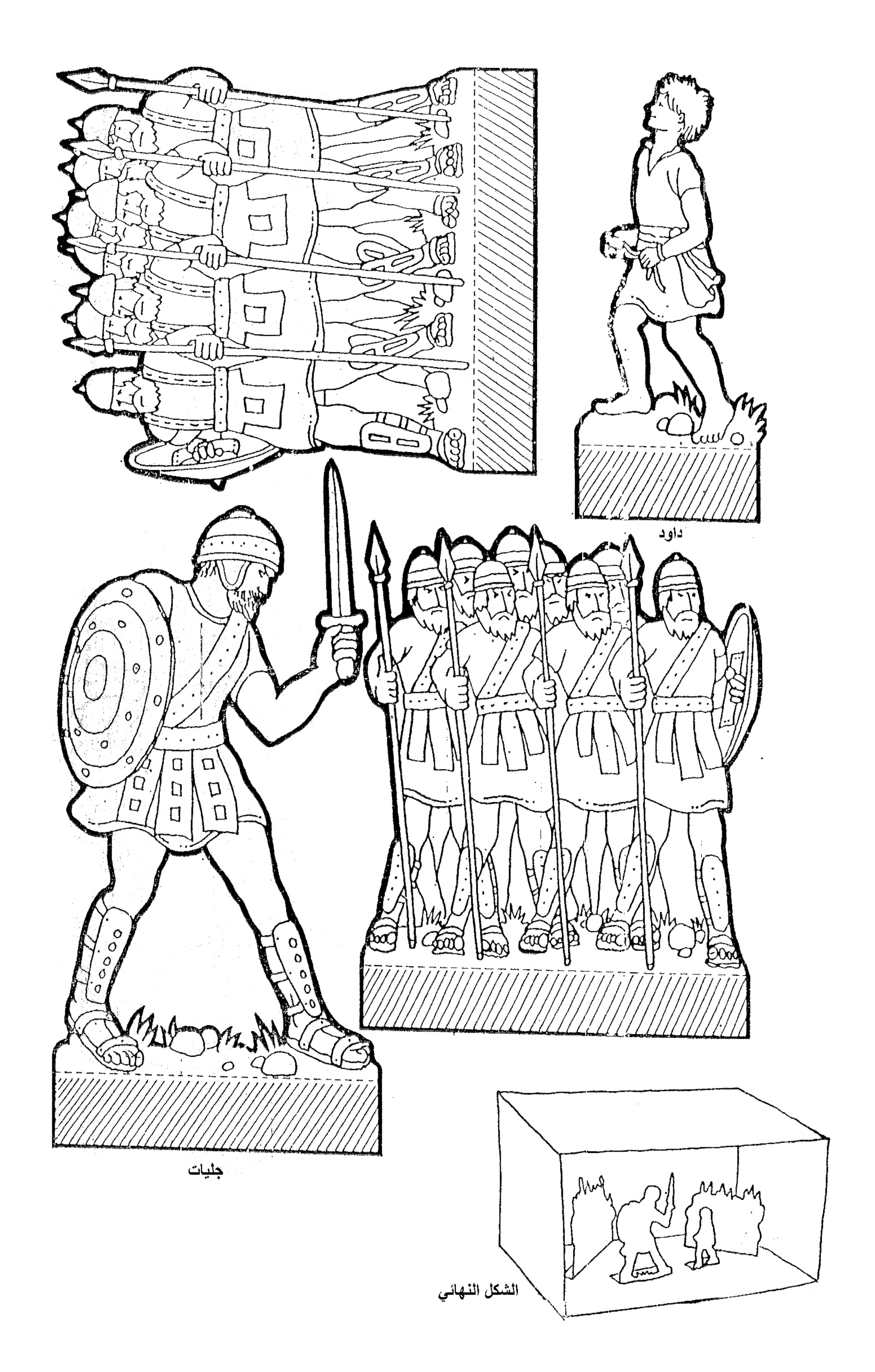
٢- توقف عن الكلام والمقاطعة، فأنت لا تستطيع الاستماع وأنت تتكلم.

٣- حاول أن تريح المتحدث، وأعطِه فرصة لكي يتكلم هو.

٤- احتفظ بهدوئك.

٥- تقبَّل المناقشة والانتقادات.

٦- وجّه الأسئلة عند اللزوم، فهذا يشجعه، ويظهر أنك مستمع جيد.


داود
جليات
الشكل النهائي



التجسُّـــــد



المراجـع:

- الكتاب المقدس (لو ١، ٢).
- "قانون الإيمان" - للبابا شنوده الثالث.
- "الكلمة المتجسد" - للأنبا موسى.
- "تجسد لأجلي" - للأنبا موسى.
- "الكلمة صار جسداً" - للقمص متياس فريد.
- "من دراسات الكتاب المقدس، ج١" - أ. حبيب جرجس.
- "عقيدة التجسد" - رمسيس نجيب.

آيـة الـدرس:

"والكلمـةُ صـار جسـداً وحـلَّ بيننـا، ورأينـا مجـدَهُ، مجـداً كمـا لوحيـدٍ مِـنَ الآب، مَمْلُـوءاً نعمـةً وحقّـاً" (يو ١: ١٤).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك أن أعظم عطايا اللّه للبشر، هى مجيء السيد المسيح إلى العالم.
- يذكر أن تجسد السيد المسيح كان إتماماً لنبوات العهد القديم.
- يحدد أسباب التجسد.
- يذكر معنى التجسد الإلهي.
- يشرح بركات التجسُّد.
- يوافق على أن التجسد الإلهي لا يجعل اللّه محدوداً، لأنه يملأ الكون بلاهوته.
- يحفظ بعض نبوات العهد القديم عن مجيء السيد المسيح وتجسُّده.
- يقترح كيف يعبر عن شكره للّه من أجل تجسده.
- يُعبِّر عن شكره للّه لأنه أرسل ابنه الوحيد لكي يُكفِّر عن خطايانا، وحتى يوفي العدل الإلهي ويمكننا أن نحيا معه في السماء.
- يقرِّر أن يقدِّم الشكر في كل صلاة من صلوات السواعي للرب يسوع المسيح الإله المُتجسِّد الذي صار إنساناً لأجلنا.

- يقرِّر حضور القداس الإلهي أسبوعياً، ليتقدم للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين، ليثبت في المسيح.

خطوات سير الدرس:

التهيئـة:

يبدأ الخادم بالحوار مع المخدومين قائلاً: كل واحد منا يشاهد التليفزيون ... ولكن هل تمكَّن أحد من أن يرى موجات الإرسال التليفزيوني!

أن موجات الإرسال التليفزيوني تملأ الجو وهى منتشرة في كل مكان، وهى لا تُرى، ولا يمكن أن نلمسها أو نشاهدها ... ومع ذلك فهى بمجرد أن تصل إلى جهاز التليفزيون تظهر الصورة واضحة أمامنا ونسمع الصوت ونشعر بالشُّحنات الكهربية على سطح الشاشة، ويحدث هذا دون أن يُفقَد الإرسال من الجو، بل يظل متواجداً!

وهذا يُشبه التجسُّد الإلهي، رغم وجود فارق كبير، **فاللَّه لا يمكن أن نراه أو نلمسه،** وهو **اتخذ جسداً،** وكانت المعجزة الكبرى أن البشر استطاعوا أن يروه ويسمعوه ويلمسوه كما قال القديس يوحنا الحبيب:

" الـذي سمعنـاهُ، الـذي رأينـاهُ بعيوننـا، الـذي شاهدنـاهُ، ولمسـتهُ أيـدينا، مِـنْ جهـة كلمـة الحيـاةِ ... نـُخبِركم بـه" (١ يو ١: ١-٣).

ثم يؤكّد الخادم قائلاً:

بالرغم من أن السيد المسيح كان مُتجسِّداً على الأرض، إلاَّ أنه كان موجوداً في السماء وعلى الأرض وفي العالم كله، إنه ظلَّ يملأ كل مكان، وموجود في كل زمان ...

اليوم سنتعرف كيف تم التجسّد! وما هى أسبابه! وما هى بركاته!

عـرض الـدرس:

لمَّا اقترب زمن مجيء المخلص ربنا يسوع المسيح الموعود به، كان في اليهودية شخصان باران، وهما "يواقيم" وامرأته "حنة" وصلَّيا إلى اللَّه بحرارة كي يمنحهما طفلاً ونذرا أن يكون الطفل للَّه، فسمع الرب صلاتهما ووهبهما ابنة أسمياها "مريم".

ولمّا صار للقديسة مريم ثلاث سنوات أخذها أبوها إلى الهيكل إتماماً للنذر، وبقيت فيه تخدم اللَّه، ولمَّا مات والدها وكان عمرها أربعة عشر عاماً سلّمها الكهنة إلى رجل شيخ من أقاربها اسمه "يوسف" كخطيبة له وأخبروه بنذرها للرب، وظلت في بيته في مدينة الناصرة.

وذات يوم وبينما القديسة مريم تُصلِّي، ظهر لها رئيس الملائكة جبرائيل، وأخبرها أن الروح القدس سيحل عليها وتلد ابناً ويُدعَى "يسوع" وهو ابن العلي يُدعَى.

"الـروح القـدس يحـلُّ عليـكِ، وقـوَّةُ العلِـيِّ تُـظلِّلُكِ، فلـذلكَ أيضـاً القُـدُّوسُ المولُـودُ منـكِ يُـدعَى ابـن اللَّـه " (لو ١ : ٣٥).

فمجّدت السيدة العذراء اللَّه، ثم ذهبت لزيارة أليصابات زوجة زكريا الكاهن ...

وحينما اقترب موعد ميلاد السيد المسيح، صدر أمر من "أوغسطس قيصر" إمبراطور الدولة الرومانية بأن يُجرى إحصاءً في جميع الشعوب الخاضعة له، وكان اليهود في ذلك الوقت خاضعين للمملكة الرومانية، لذلك كان يجب على كل يهودي أن يذهب إلى المدينة موطن آبائه.

ولمَّا كانت السيدة العذراء ويوسف النجار من نسل داود، فقد ذهبا إلى مدينتهما (بيت لحم)، وهناك لم يجدا مكان لينزلا فيه، فالتجئا إلى مغارة كانت مُعدَّة كحظيرة للمواشي والأغنام، وفيها وُلِدَ السيد المسيح، وقمّطته أمّه العذراء مريم ووضعته في المذود.

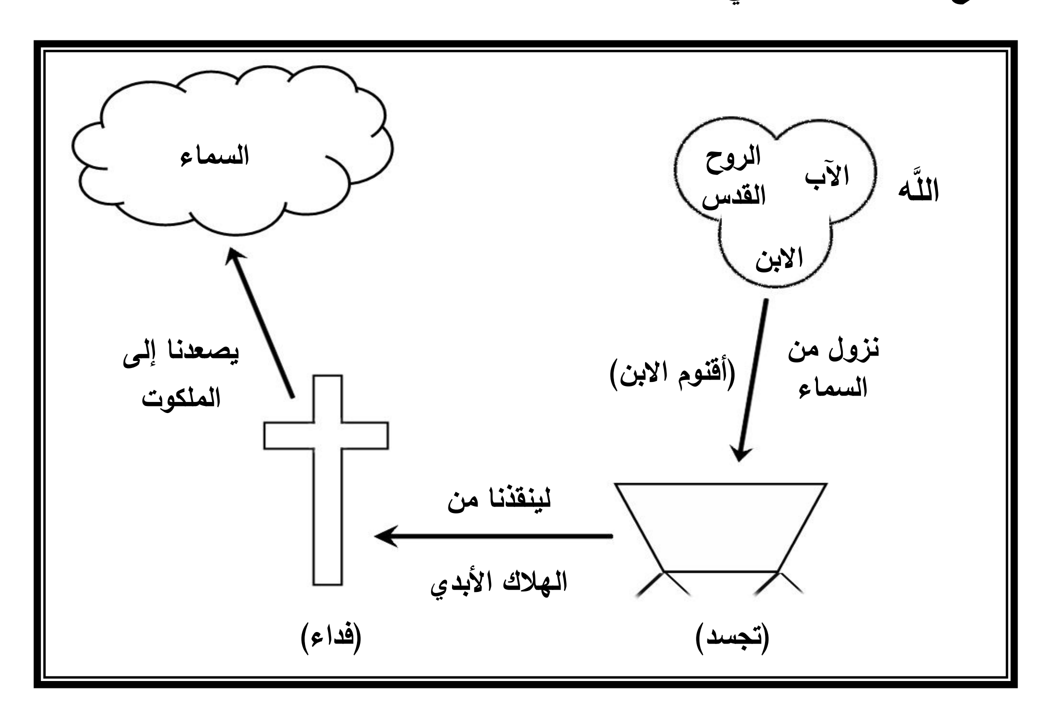
وأول مَنْ جاء لزيارته كان رعاة من الأغنام، كان قد أخبرهم الملاك بذلك الخبر المفرح، وحينما جاء الرعاة إلى المغارة ورأوا السيد المسيح طفلاً في المذود، أخبروا يوسف ومريم بما سمعوه من الملاك، ثم رجعوا وهُم يُمجِّدون اللَّه.

* التجسُّد المسيحي هو عقيدة، وهى أساس الإيمان المسيحي، وكلمة "تجسَّد" تعني "أخذ جسداً"، أي اتحد بهذا الجسد.

التجسد الإلهي يعني:

"نزول اللَّه من السماء واتحاده بجسدنا، لينقذنا من الهلاك الأبدي ويصعدنا إلى ملكوته الأزلي".

*** ويمكن توضيح ذلك بالشكل التالي:**



التجسُّد: حدث لإتمام الفداء، وللإعلان عن اللَّه **"اللَّه لم يَرَهُ أحدٌ قطُّ. الابن الوحِيدُ الذي هو في حِضْنِ الآب هو خبَّرَ"** (يو ١: ١٨)، ولكي يعطينا حياة أفضل (يو ١٠: ١٠).

كيف تم التجسد؟

"ولكن لمَّا جاء ملءُ الزَّمانِ، أرسل اللَّه ابنه مولُوداً مِنِ امرأةٍ، مولُوداً تحت النَّامُوسِ، ليفتَديَ الذِين تحت النَّامُوسِ، لننالَ التَّبَنِّيَ " (غل ٤ : ٤ - ٥).

كلمة تجسَّد تعني أنه اتخذ جسداً أي اتحد بهذا الجسد. اتحدت به الطبيعة الإلهية.

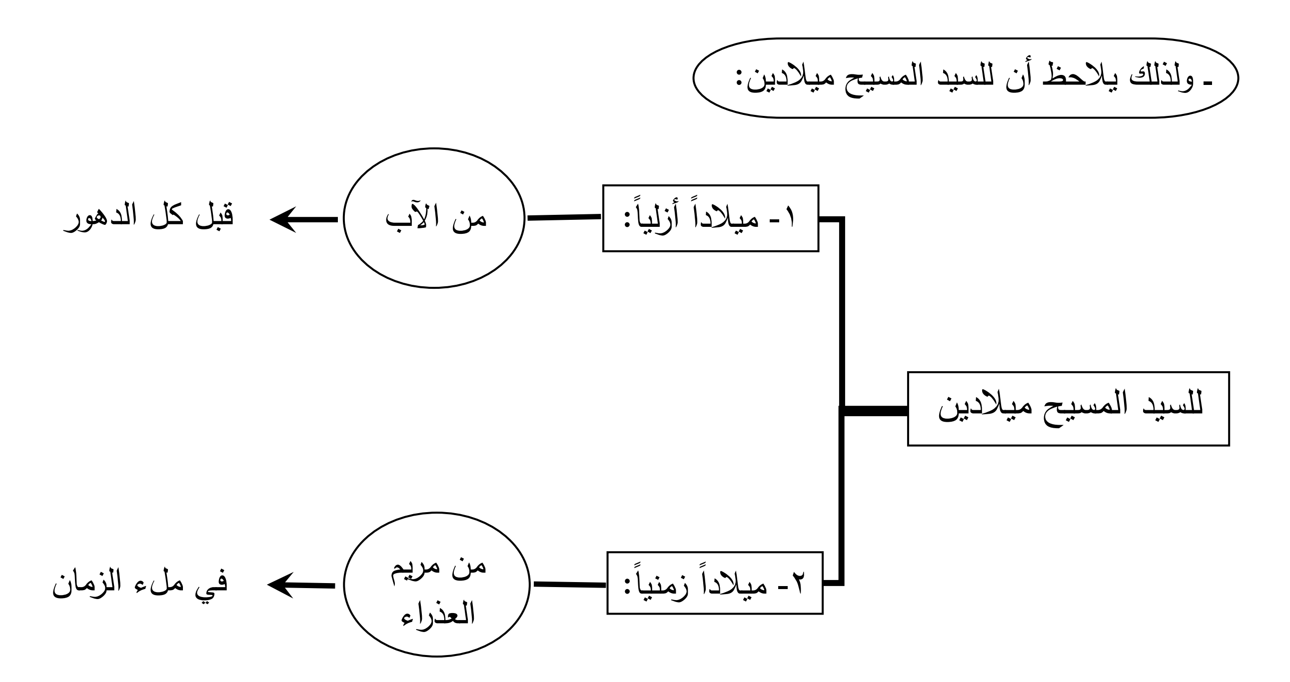
العذراء وحدها ما كان ممكناً أن تلد طفلاً "وهى لا تعرف رجلاً" (لو ١ : ٣٤)، لذلك قال لها الملاك مفسراً الأمر: **"الروح القُدُس يحلّ عليكِ، وقوة العلي تظلِّلكِ"** (لو ١ : ٣٥).

حلّ الروح القدس على مريم العذراء لسببين: أولاً: لكي يكوِّن في بطنها جسد المسيح بدون زرع بشر. ثانياً: لكي يُقدِّس مستودعها، بحيث أن المولود منها لا يرث الخطية الأصلية. وهكذا صار حبلها بالسيد المسيح حبلاً بلا دنس. وفي هذا المعنى قال لها الملاك المُبشِّر: **"الروح القدس يحل عليك ... لذلك القدوس المولود منك يُدعَى ابن اللَّه"** (لو ١ : ٣٥).

هو إذاً قدوس شابهنا في كل شيءٍ ما عدا الخطية وحدها، حتى أنه إذا مات، لا يموت عن خطية له، إذ هو بلا خطية، بل يموت عن خطايا الغير.

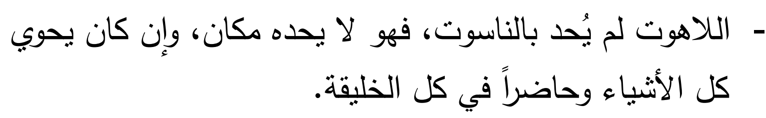
عبارة (تجسّد) لا تعني فقط أنه أخذ جسداً بشرياً، بل طبيعة بشرية كاملة، من جسد وروح ... لذلك لم يكتفِ قانون الإيمان بكلمة تجسّد، إنما أضاف عليها (وتأنّس) أي صار إنساناً كاملاً، له طبيعة ناسوتية. ولهذا كان السيد المسيح يتمسّك بلقب (ابن الإنسان)، ويكرِّره كثيراً، لأنه يمثِّل نيابته عن الإنسان عموماً في موته عن الخطية ...

صار الإنسان القدوس، الذي اتحد به اللاهوت داخل بطن العذراء منذ أول لحظة للحَبَلِ المُقدَّس، في مستودع العذراء الذي قدَّسَهُ الروح القدس لمَّا حلّ عليها.

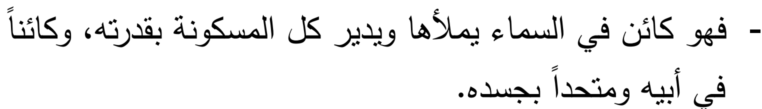


*** سؤال هام:** كيف يمكن للَّه الذي لا يُحد، أن يوجد محدوداً في جسد بشري؟

الإجابة:



- اللاهوت لم يُحد بالناسوت، فهو لا يحده مكان، وإن كان يحوي كل الأشياء وحاضراً في كل الخليقة.



- فهو كائن في السماء يملأها ويدير كل المسكونة بقدرته، وكائناً في أبيه ومتحداً بجسده.

" وليس أحدٌ صَعِدَ إلى السماء إلاَّ الذي نزَلَ مِنَ السماء، ابنُ الإنسان الذي هو في السماء " (يو ٣: ١٣).

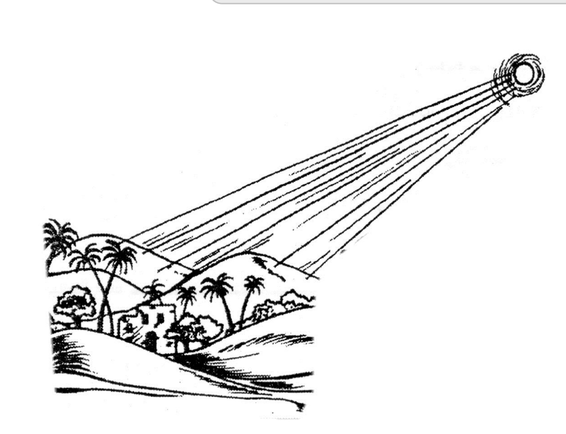
- كما أن زجاج المصباح لا يحد نوره، بل نجد أن إشعاعات النور تنبعث من خلال المصباح في كل ناحية دون عائق، هكذا أيضاً لم يحد الناسوت النور الإلهي.

" وبالإجماعِ عظيمٌ هو سِرُّ التَّقْوَى: اللَّه ظَهَرَ في الجسدِ، تبَرَّرَ في الرُّوحِ، تراءى لملائكةٍ، كُرِزَ به بين الأممِ " (١تى ٣: ١٦).

*** سؤال هام:** كيف يرتضي اللَّه كُلي الطهارة، أن يتحد بطبيعة البشر التي هى أقل وفاسدة؟

الإجابة:

- إن اللاهوت لا يمكن أن يتدنس، بل هو يُقدِّس النجس
- فالشمس عندما تلمس الأجساد بأشعتها لا تتدنس منها ولا تنطفئ بظلمتها، بل تُطهّرها وتُنيرها.



+ لماذا حدث التجسُّد؟

١- كان لا بد لمن يموت نائباً عن البشر ليوفي عنهم حكم الموت أن يكون بشراً مثلهم، وخالياً من الفساد، وأن يكون أيضاً قابلاً للموت وله إمكانيات لا نهائية ليوفي بها حكم الموت ليُرضي العدل الإلهي نتيجة خطية آدم وحواء (عب ٢: ١٤، ١٥).

ولذلك جاء السيد المسيح (ابن اللَّه) وتجسد (أخذ لنفسه جسداً قابلاً للموت) حتى يُقدِّم نفسه مُحرَقة وذبيحة نائباً عن البشر (١ كو ١٥ :٢١ ، ٢٢).

٢- كان اللَّه يريد أن يُعلن نفسه للبشر ليعرفوه (٢ كو ٤: ٦)، (يو ١٧: ٣).

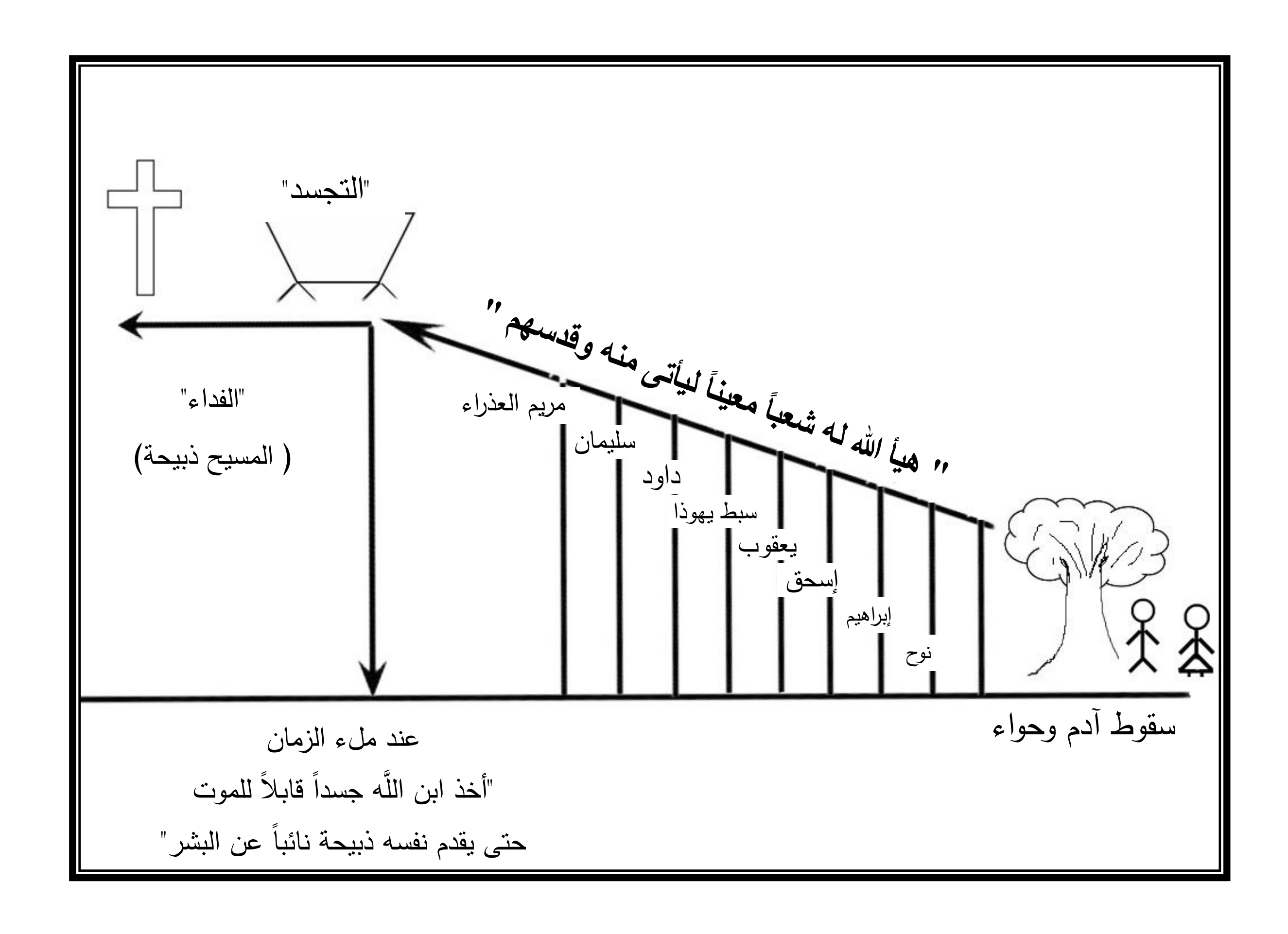
٣- لكي يتأصلوا ويتأسسوا في محبة المسيح (أف ٣: ١٧ - ١٩).

٤- ولأن الفساد الذي حدث للبشرية كان في داخل طبيعة الجسد، فكان لا بد أن تتحد الحياة به.

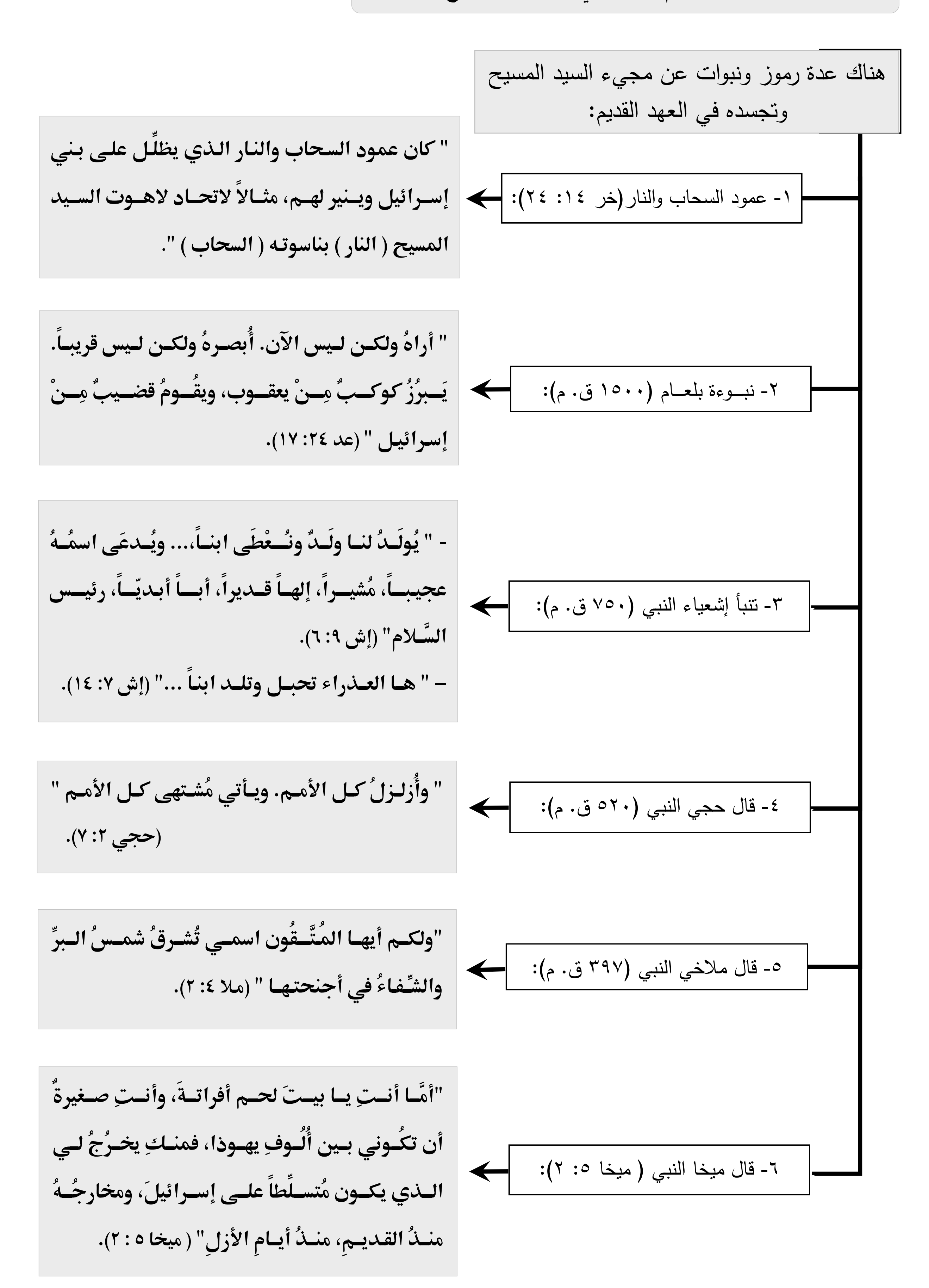
٥- جاء السيد المسيح لكي يطلب ويُخلِّص ما قد هلك (مت ١٨: ١١) ولكي يعطينا حياة بل أفضل حياة (يو ١٠:١٠)، فلقد أرسل اللَّه الأنبياء لكي يرجع الناس إلى اللَّه ولكن لم يسمعوا منهم، لذلك ففي ملء الزمان جاء بنفسه.

" اللَّـه، بَعْـدَ مـا كلَّـمَ الآبـاء بالأنبيـاء قـديماً، بـأنواعٍ وطُـرُق كـثيرةٍ، كلَّمنـا في هـذه الأيـامِ الأخـيرة في ابنـه " (عب ١: ١، ٢).

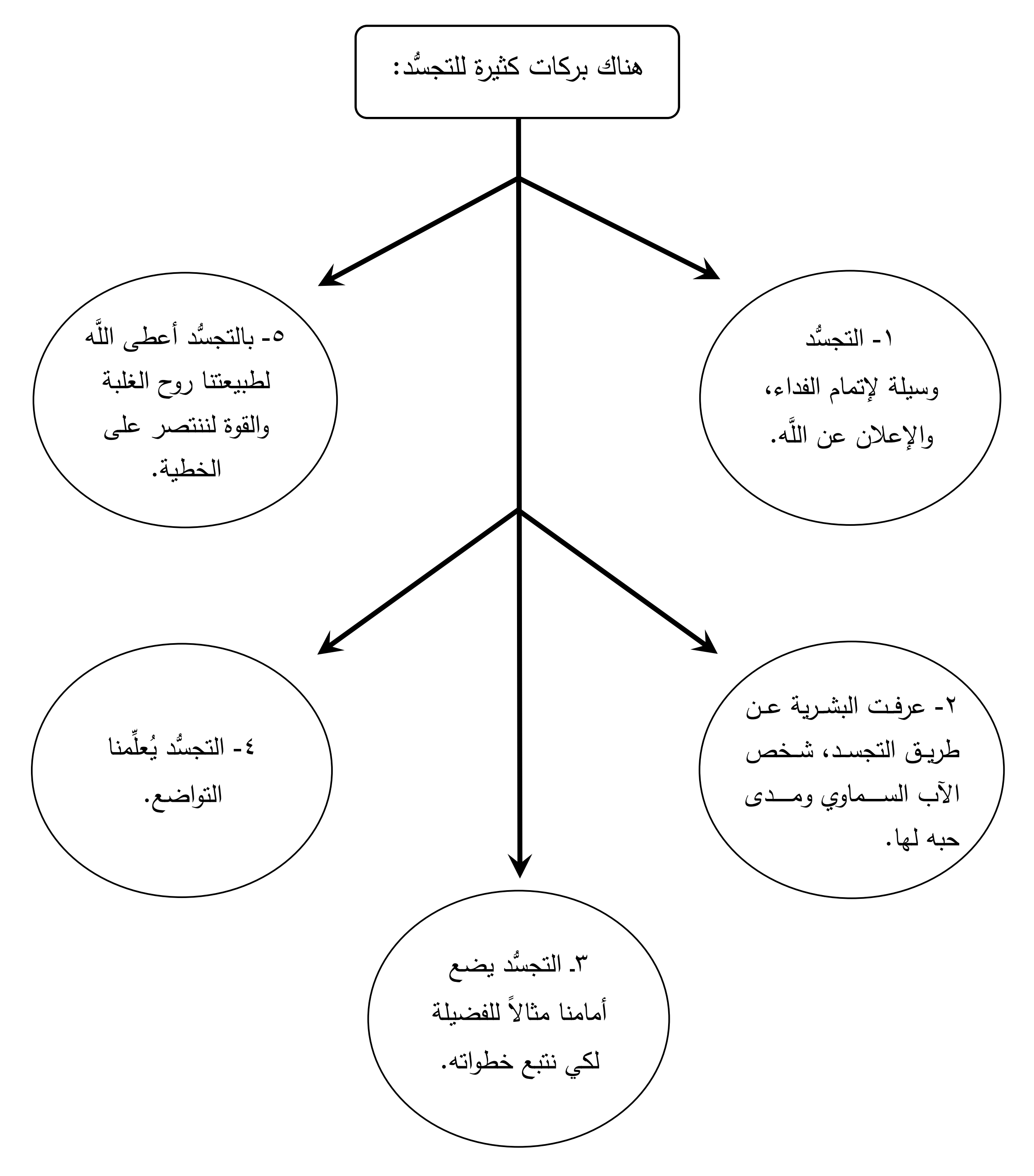
ويمكن توضيح ذلك بالشكل التالي:



+ رموز ونبوات العهد القديم عن مجيء السيد المسيح وتجسده:



+ **بركات التجسُّد:**



التطبيق:

إنه من الضروري أن تواظب على حضور القداسات الإلهية، وأن تواظب على صلوات السواعي بالأجبية، لكي تقدِّم كل حين الشكر للرب، لأنه بتجسُّدِه أعطانا أن:

١- تُطهِّر أرواحنا وأجسادنا ونُدعَى أولاد اللَّه (بالمعمودية والميرون).

٢- تُقدَّس قلوبنا (بالتوبة).

٣- نتحد به (بالتناول).

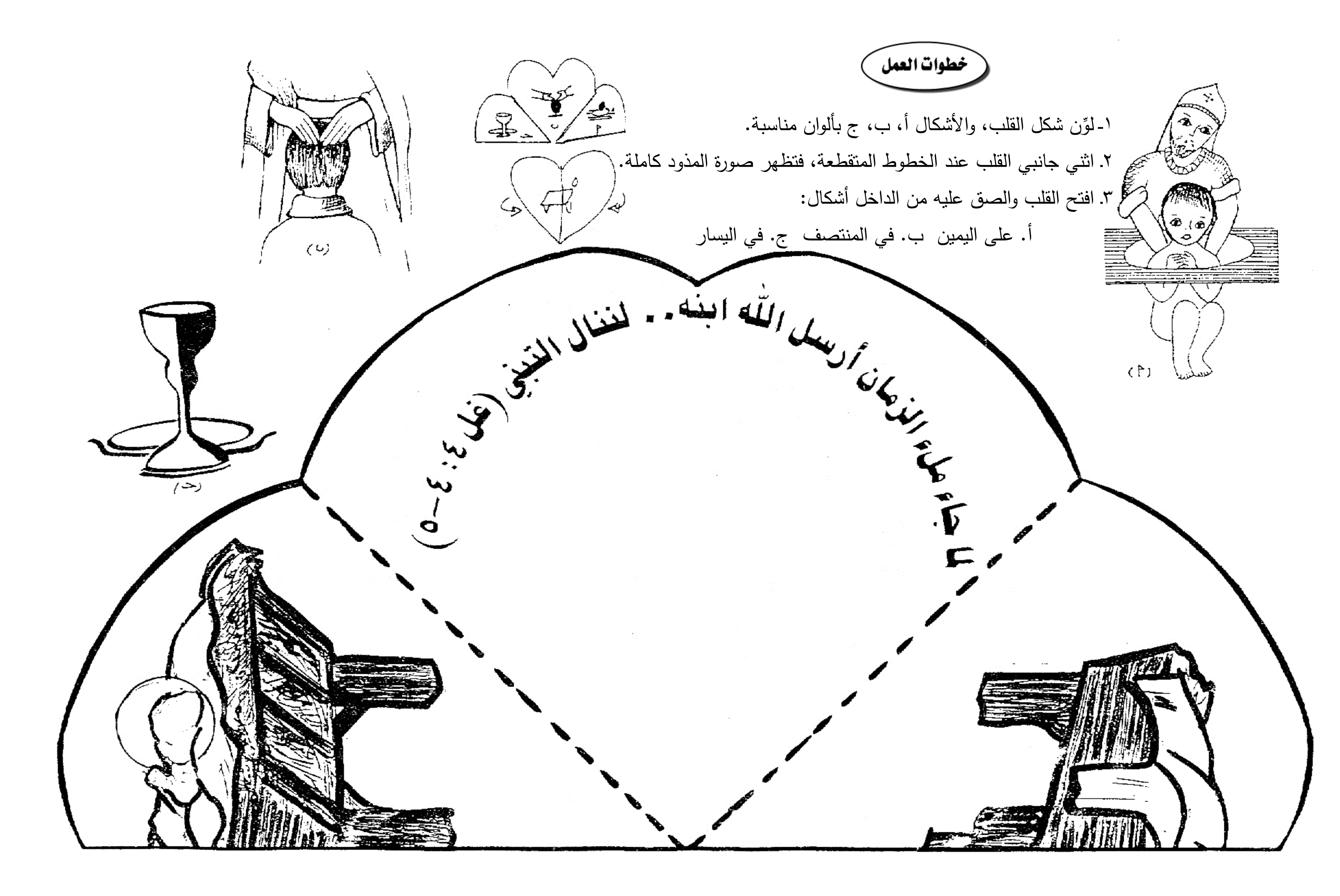
خطوات العمل

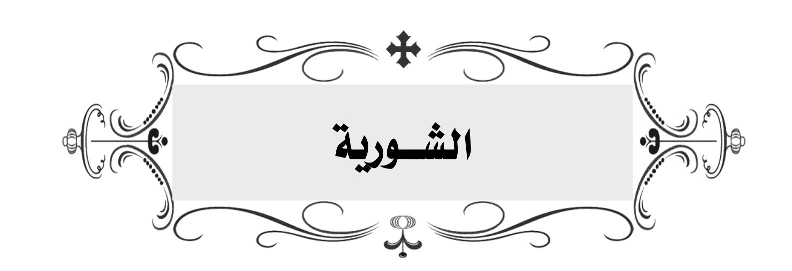
١-لوّن شكل القلب، والأشكال أ، ب، ج بألوان مناسبة.

٢. اثني جانبي القلب عند الخطوط المتقطعة، فتظهر صورة المذود كاملة.

٣. افتح القلب والصق عليه من الداخل أشكال:

أ. على اليمين ب. في المنتصف ج. في اليسار





الشـورية

المراجع:

- "الكنيسة بيت اللَّه" - للقمص تادرس يعقوب ملطي.
- "أيقونة السماء" - للقمص أنطونيوس البرَموسي.
- "خيمة الاجتماع" - للقمص مرقوريوس الأنبا بيشوي.

آيـة الـدرس:

" لتستقم صلاتي كالبخور قدامك. ليكُن رفع يـديَّ كذبيحـةٍ مسائيـةٍ" (مز ١٤١ : ٢).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

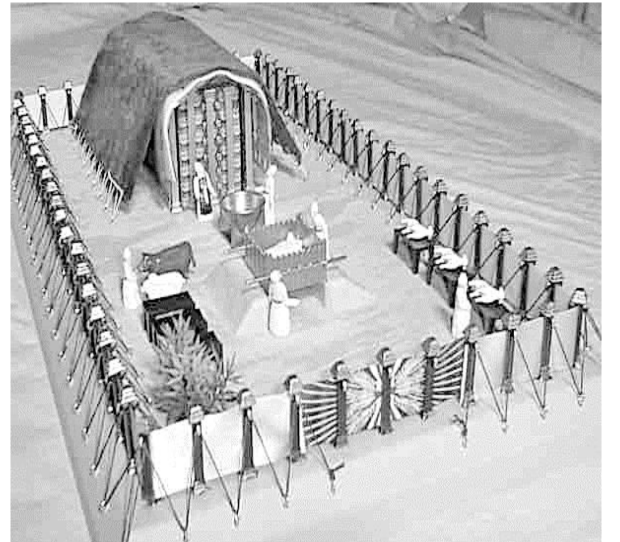
- يُدرك أن الكنيسة هى تعبير عن رموز العهد القديم.
- يفهم المعاني الروحية للشورية.
- يعرف أن اللَّه حبه أعظم حب، حتى أرسل ابنه الوحيد، ليُخلِّصه من خطاياه.
- يُدرك أن الكنيسة هى الحياة في السماء ونحن على الأرض.
- يُعبِّر عن شكره للمسيح بالمواظبة على شركة الصلاة في القداس الإلهي.
- يُقرِّر التقدُّم للأسرار المُقدَّسة لتناول جسد الرب ودمه الأقدسين أسبوعياً.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة:

- أصيبت امرأة بمرض مجهول وقد حاول الطبيب شتى المحاولات لعلاجها وأجرى سائر الاختبارات دون جدوى.
- لم تستطِع الكلام لحظة واحدة طوال خمسة أيام، وفي يوم أحد أخبرت زوجها أنها تشعر بقرب مفارقتها للحياة.
- كان جبينها يكاد يلتهب من شدة الحُمَّى.
- في حوالي الساعة الثامنة أحست بوجود شخص بالغرفة، فالتفتت إليه لترى شخص السيد المسيح ذاته وقد مد يده ولمس جبينها، وكأن جسدها الملتهب غرق في مجرى ماء بارد، وأحست براحة عميقة وأخذتها سنة من النوم.

- دُهش الطبيب في اليوم التالي عندما رآها قد نالت الشفاء، ولكن ما أثار دهشته أكثر أنه عَلِم أن كاهن الكنيسة كان قد طلب من الشعب في اليوم السابق أن يشترك معهم في الصلاة من أجل أن تنال نعمة الشفاء.
- إن أكثر ما نستطيع أن نركِّز فيه في الصلاة هو الكنيسة، وكل ما فيها يجعلنا نسبِّح اللَّه، وإذا فهمنا هذا الطقس فإننا سنشعر أننا في السماء ... وهذا ما سنعرفه الآن.



عرض الدرس:

- كانت خيمة الاجتماع رمزاً لحضور اللَّه المتجسد، وإشارة لحلوله في الكنيسة واتحاده بأعضائها.
- كان إنسان العهد القديم يشعر بالرهبة عند التقدم نحو خيمة الاجتماع ولم يكن يتمتع بما يدور من خدمة بداخلها، أمَّا نحن الآن فنتمتع بالقدوم داخل قدس أقداس اللَّه، إذ صرنا مدعوين لعُرس الابن وإلى مائدته المقدسة لتناول جسده المقدس ودمه الكريم لنحيا فيه إلى الأبد كوعده الصادق.
- إن كنيستنا ما زالت في حاضرها كخيمة الاجتماع في العهد القديم مغطاة بجلود كباش مصبوغة بالحمرة وجلود تخس، وأما مجدها الحقيقي فهو من داخل (مز ٤٤: ٣).
- كل شيء في داخلها من ذهب لا يراه من ينظر إليها من خارج ولكن فقط من يدخل إليها وينظرها.
- وجمال كنيستنا هو في قُوتِها الباقي لها، وتراث الكنيسة محفوظ في طقوسها وتقاليدها.
- إن الكنيسة هى بيت اللَّه وباب السماء، وفي وقت الصلاة تحلّ الملائكة ورؤساء الملائكة والشاروبيم ويصطفُّون حول المذبح بمجد عظيم.

كيف تُبنى الكنيسة؟

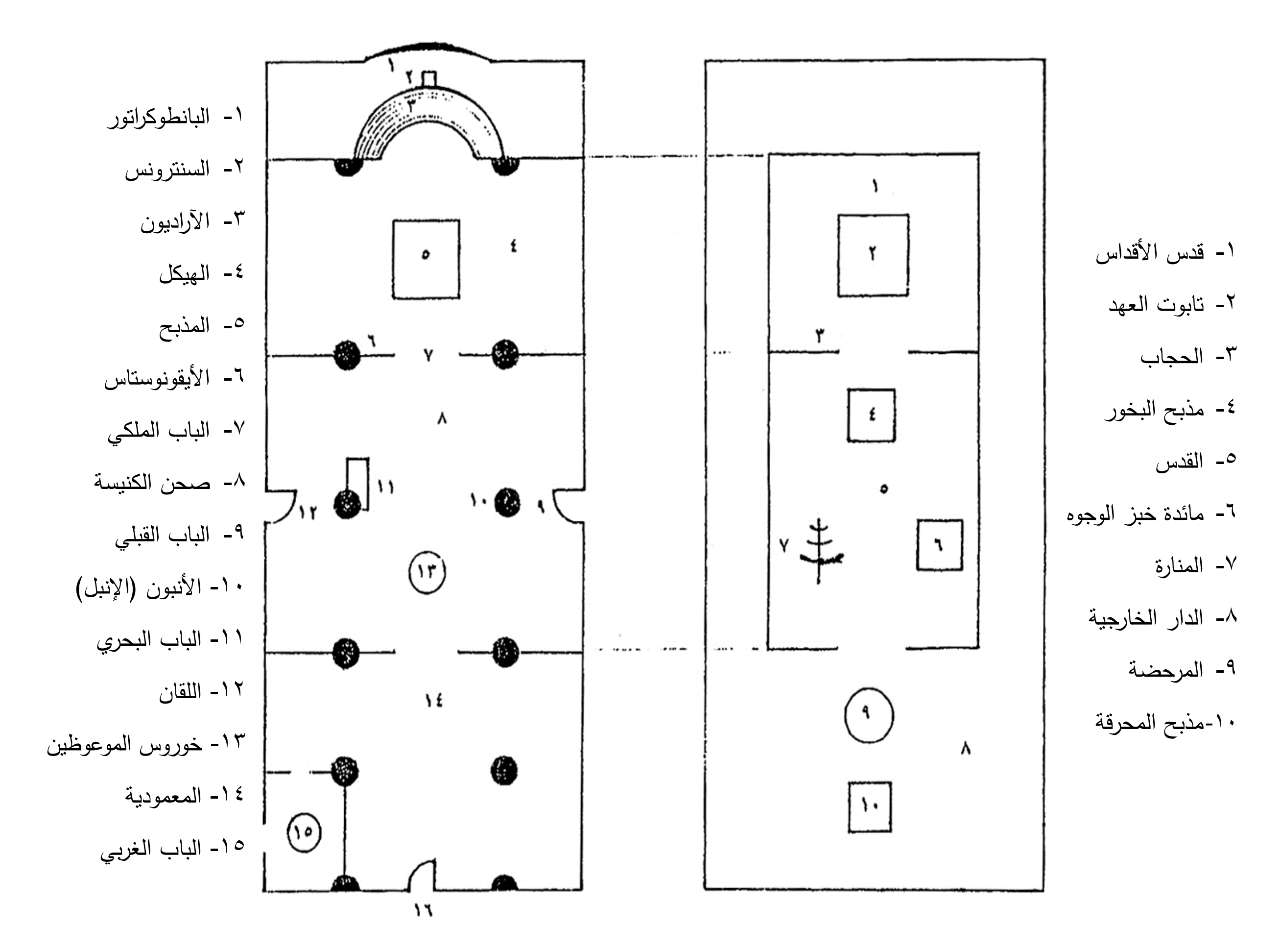
في العهد الجديد رأى الرسل أن تبنى الكنائس على النظام الذي وصفه اللَّه لخيمة الاجتماع مع تغيير طفيف تستلزمه العبادة المسيحية إذ جعلته على شكل تابوت مربع أو مستطيل، أو كالفُلك، أو كالصليب وبناء الكنيسة يتّجه ناحية الشرق.

وتنقسم الكنيسة من الداخل إلى قسميْن:

الأول: محل وقوف الشعب "صحن الكنيسة ومُقسَّم لخوارس".

الثاني: الهيكل.

ويُفصَل بينهما بحاجز خشبي، ويُسمَّى حامل الأيقونات.



أدوات المذبح:

- عندما خلق اللّه الآب السماوي العالم كله من أجلنا، سأل موسى أن يُقدِّم له القليل من المواد لخدمة البيت حاسباً إياها في ملكيته، وأمره أن يمسح بدهن مقدس خيمة الاجتماع وتابوت العهد والمائدة ومحتوياتها، والمنارة الذهبية ومحتوياتها ومذبح البخور قائلاً: **"وتُقدِّسها فتكون قدس أقداس، كل ما مسّها يكون مقدَّساً"** (خر٣٠: ٢٩).
- وجاءت الكنيسة في العهد الجديد وهى عروس المسيح يُكرِّس أواني خاصة مُتعدِّدة لخدمة بيت اللّه تحسبها أيضاً ملكاً له.

هذه الأواني تتقدس بالصلاة، وبكلمة اللّه ورشمها بالميرون، ومن هنا لا يجوز استخدامها في غير خدمة الرب.

ومن هذه الأواني " الشورية أو المجمرة":

هى إناء نحاس أو فضَّة على شكل كوب يُحرَق فيه البخور، وتُسمَّى المبخرة باللغة القبطية (ϣⲟⲩⲣⲏ) ونجد فيها معاني إنجيلية عميقة ... فالمجمرة تحمل معاني عظيمة عن التجسد الإلهي.

- فجسم المجمرة يشير إلى العذراء الحاملة الجمر الحقيقي المُتقد ناراً أي اللّه الكلمة المتجسد.
- وتوجد السلاسل تحت القبة والقطاف. السلاسل إشارة للثالوث فالقبة ترمز للسماء والقطاف يرمز للسيد المسيح له المجد الذي تنازل ولبس جسداً وصار معنا في العالم.

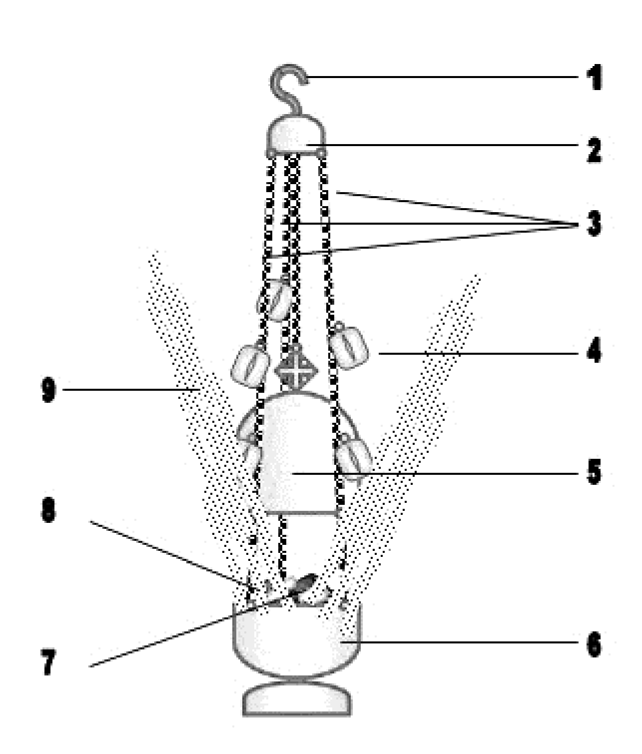
- البخور الذي يوضع في المجمرة هو إحدى هدايا المجوس التي قدمت للطفل يسوع وهو في المذود.
- ورائحة البخور التي تشير إلى رائحة المسيح **"لأننا رائحةُ المسيح الذكيَّة للَّه، في الذين يَخلُصُون وفي الذين يَهلِكُون"** (٢ كو ٢ : ١٥).
- كما أن احتراق البخور يشير إلى آلام السيد المسيح الجسدية التي تحمّلها على الصليب.
- جمر النار الأحمر يشير إلى اللاهوت الذي لربنا يسوع المسيح.
- الفحم يشير إلى ناسوت ربنا يسوع المسيح.
- أمّا اتحادهما في المجمرة من جهة النار والفحم فهو يعني اتحاد اللاهوت بالناسوت في شخص ربنا يسوع المسيح.
- وحلقات البخور الصاعدة تشير إلى صلوات القديسين (رؤ ٨: ٣).
- وتوجد جلاجل تعمل على تنبيه الشعب وإيقاظه روحياً.

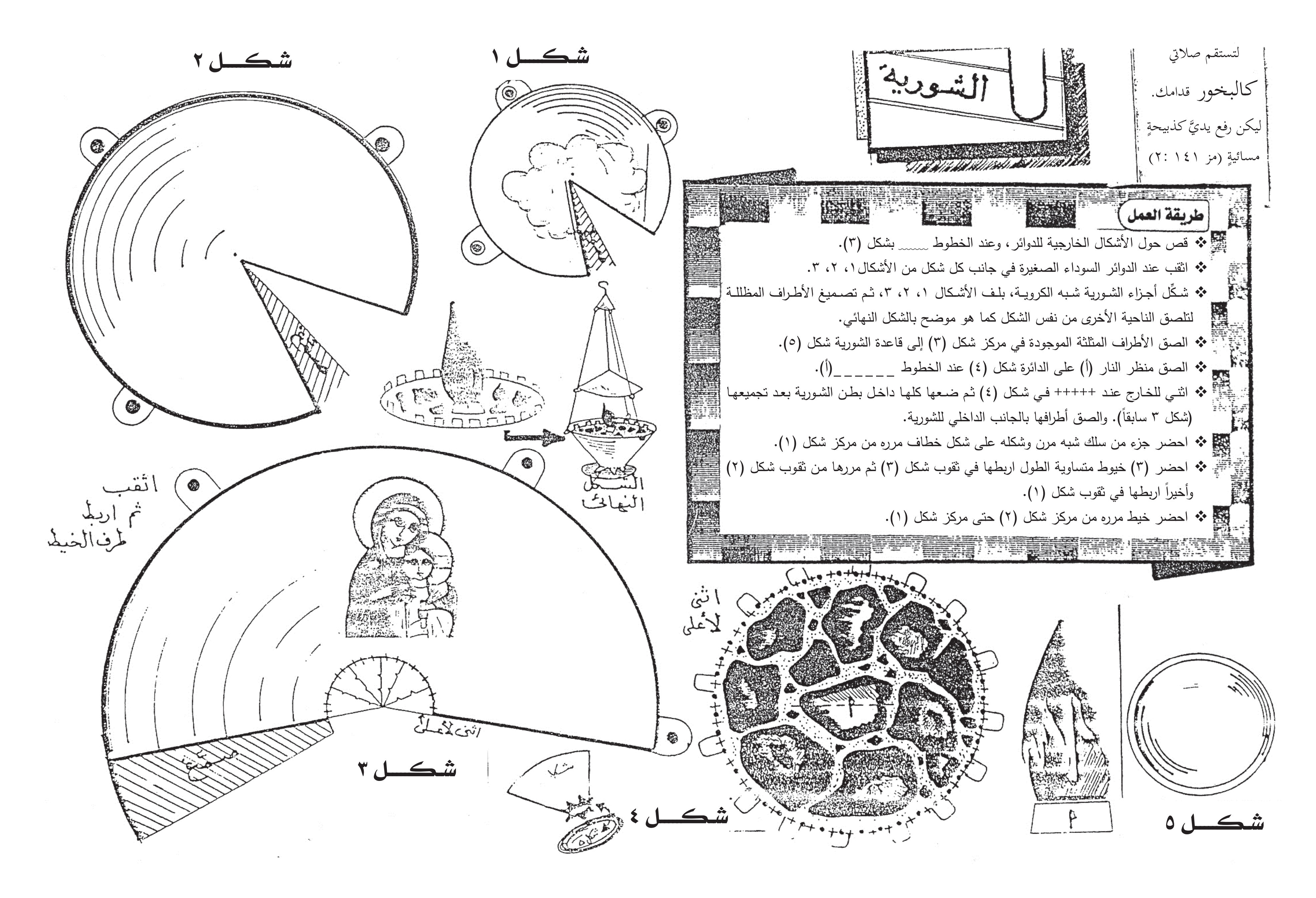
التطبيق:

ترمز الشورية في طقس الكنيسة إلى القديسة مريم الحاملة للجمر الحقيقي المُتَّقِد ناراً أي ابن اللَّه الكلمة المُتجسِّد، لذلك فإننا في صلواتنا اليومية نتشفّع بوالدة الإله القديسة مريم.

التدريب:

ارشم الصليب على نفسك كلّما يمر بك الأب الكاهن وفي يده الشورية في الكنيسة ... مُتذكِّراً أن صلاتك الآن هى أمام اللَّه ... كما صعدت أمامه حلقات البخور الذكية المنطلقة من الشورية.





طريقة العمل

- ❖ قص حول الأشكال الخارجية للدوائر، وعند الخطوط ــــــ بشكل (٣).
- ❖ اثقب عند الدوائر السوداء الصغيرة في جانب كل شكل من الأشكال١، ٢، ٣.
- ❖ شكِّل أجزاء الشورية شبه الكروية، بلف الأشكال ١، ٢، ٣، ثم تصميغ الأطراف المظللة لتلصق الناحية الأخرى من نفس الشكل كما هو موضح بالشكل النهائي.
- ❖ الصق الأطراف المثلثة الموجودة في مركز شكل (٣) إلى قاعدة الشورية شكل (٥).
- ❖ الصق منظر النار (أ) على الدائرة شكل (٤) عند الخطوط ــــــ(أ).
- ❖ اثني للخارج عند +++++ في شكل (٤) ثم ضعها كلها داخل بطن الشورية بعد تجميعها (شكل ٣ سابقاً). والصق أطرافها بالجانب الداخلي للشورية.
- ❖ احضر جزء من سلك شبه مرن وشكله على شكل خطاف مرره من مركز شكل (١).
- ❖ احضر (٣) خيوط متساوية الطول اربطها في ثقوب شكل (٣) ثم مررها من ثقوب شكل (٢) وأخيراً اربطها في ثقوب شكل (١).
- ❖ احضر خيط مرره من مركز شكل (٢) حتى مركز شكل (١).



المراجع:

- الكتاب المقدس (خر ١٢ :١ - ٣٣)، (يو ٣: ١٦ - ١٧)، (رو ٥: ١٨).
- "عقيدة المسيحيين في المسيح" - الأنبا يؤانس أسقف الغربية.
- "المسيح فوق الزمان" - الأنبا موسى.
- "تفسير سفر الخروج" - الأرشيدياكون نجيب جرجس.
- "عقيدة الفداء في المسيحية" - رمسيس نجيب.



آية الـدرس:

" ولكن اللّه بيَّن محبته لنا، لأنه ونحن بعد خطاةٌ مات المسيح لأجلنا " (رو ٥: ٨).

أهداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف نبوات العهد القديم عن آلام السيد المسيح، وكيف تحققت في العهد الجديد.
- يصف محبة اللّه للبشرية.
- يشرح كيف تم الفداء.
- يعبر بِلُغَتِهِ عن مدى حب اللّه للعالم أجمع، حتى أرسل ابنه الوحيد ليفدي كل البشرية.
- يصغي إلى صوت محبة اللّه من خلال الكتاب المقدس وقداسات الكنيسة.
- يوافق على ضرورة أن يحيا لمجد اللّه، وأن يشهد له في سلوكه اليومي.
- يقرِّر أن يواظب على حضور القداسات الإلهية أسبوعياً، ليشكر اللّه على محبته وفدائه العجيب وليتقدم للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين ليثبت في المسيح.

خطوات سير الـدرس:

التمهيد:

<u>يمكن إجراء التجربة الآتية:</u>

* **الأدوات المستخدمة:** قلب من الورق الأبيض، ورق شفاف أحمر أو بلاستيك أحمر، قلب أحمر.

* **الطريقة:** اكتب بعض الخطايا بالقلم الأحمر على القلب من الورق الأبيض (مثل: شتيمة، حلفان، كذب، نفاق، سرقة ...)، وعندما تنظر إلى القلب ستشاهد هذه الخطايا.

ثم ضع الورقة الشفافة الحمراء (أو الورق البلاستيك الأحمر) إشارة إلى دم الرب يسوع المسيح أمام القلب، ستلاحظ إن الخطايا غير واضحة ولا يمكن قراءتها!!

*** ثم يؤكّد الخادم:**

وبالمثل فإن اللَّه يغفر خطايانا من خلال دم المسيح، الذي سفكه على خشبة الصليب ليفدي الجنس البشري، ويعطي الحياة الأبدية لكل من يؤمن به ويتناول من الأسرار المقدسة.

* اليوم من خلال الدرس سنعرف ما هو معنى "الفداء"، وكيف تم الفداء؟

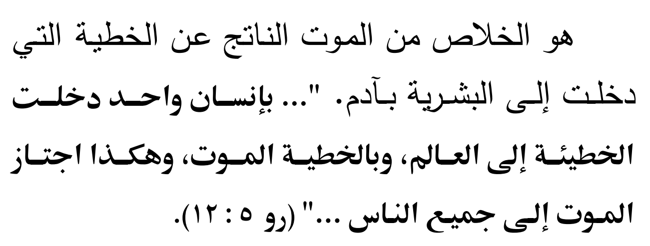
عرض الدرس:

- أمر اللَّه موسى أن يطلب من فرعون مصر أن يطلق بني إسرائيل، ولكنه رفض أن يطلقهم، مما جعل اللَّه يضطر إلى عقابه بضربات كثيرة، كان آخِرها قتل أبكارهم.
- وقبل تنفيذ هذه الضربة، أبلغ الرب تعليماته إلى بني إسرائيل بواسطة موسى بشأن حفظهم من قتل الأبكار، فقد كان على كل عائلة وحدها أو بالاشتراك مع عائلة أخرى أن تنتقي شاة من الخرفان أو الماعز يكون ذكراً ليس فيه عيب، ويضعونه تحت الفحص لمدة أربعة أيام، وعند غروب شمس اليوم الرابع يقوم جمهور الإسرائيليون بذبح هذه الحملان، ثم يتم رش الدم المتدفق منها على العتبة العليا وجانبي الباب الخارجي.
- أطاع الإسرائيليين تعليمات اللَّه واجتمعت العائلات داخل البيوت وذبحوا الخرفان ووضعوا الدم على الباب من الخارج كما أمر الرب، ثم أخذوا يأكلون الخروف المشوي بالنار دون أن يخلع أحد حذاءه استعداداً للرحيل.
- وقد سُمِّيَ هذا الخروف "خروف الفصح" لأن كلمة "فصح" معناها "عبور"، فالرب سيجتاز ليلاً ليهلك المصريين، أمّا البيوت المرشوشة بالدم فلن يصيبها أذى.
- وقرب منتصف ليلة الفصح، حينما كان الصمت والهدوء يسودان البلاد، سُمِعَ صوت الصراخ والعويل يملأ كل أنحاء مصر، لقد مر في تلك الساعة المُهلِك ودخل كل البيوت التي لم يرَ الدم مرشوشاً عليها وقتل الابن الأكبر الموجود فيها.
- وبينما كان الصراخ في بيوت المصريين، كان الهدوء والفرح والسلام في البيوت التي أطاعت تعليمات اللَّه ورشُّوا الدم.

*** ثم يؤكد الخادم في نهاية القصة:**

"إن خروف الفصح يشير إلى الرب يسوع المسيح، فكما كان دم هذا الخروف ينجي من الموت، هكذا جاء المسيح ومات على الصليب من أجلنا، وصار دمه هو وسيلة النجاة من الدينونة والعقاب".

معنى الفداء:



هو الخلاص من الموت الناتج عن الخطية التي دخلت إلى البشرية بآدم. "... **بإنسان واحد دخلت الخطيئة إلى العالم، وبالخطية الموت، وهكذا اجتاز الموت إلى جميع الناس ...**" (رو ٥ : ١٢).

" **فإذاً كما بخطيَّةٍ واحدةٍ صار الحُكمُ إلى جميعِ الناسِ للدَّينونةِ، هكذا ببرٍّ واحدٍ صارت الهبةُ إلى جميعِ الناسِ، لتبرِيرِ الحياة** " (رو ٥ : ١٨).

فالموت الذي حُكم به علينا حمله السيد المسيح عنا على خشبة الصليب بدمه.

" **ولكن اللَّه بيَّن محبته لنا، لأنه ونحن بعد خطاةٌ مات المسيح لأجلنا** " (رو ٥ : ٨).

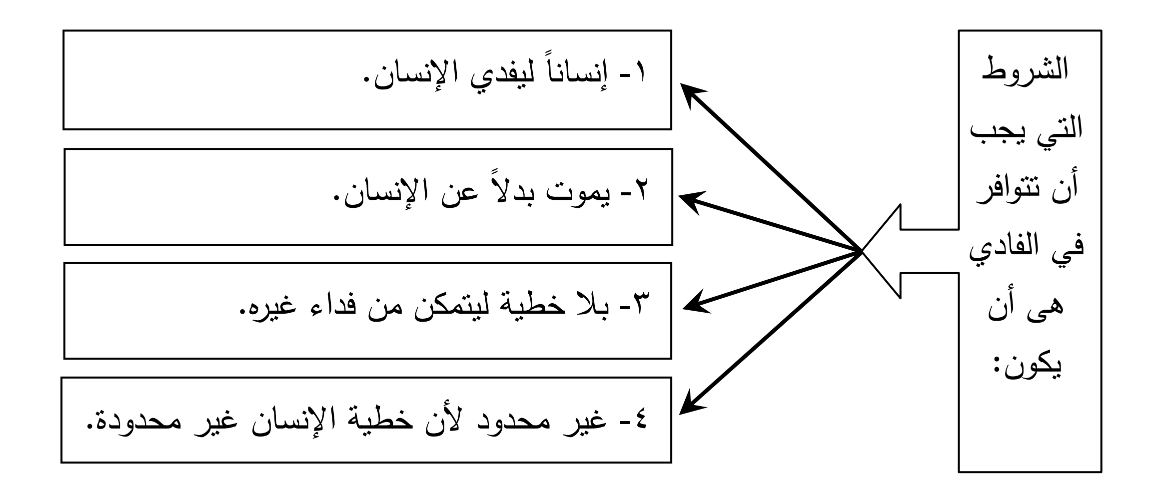
" **ولكن إن كان المسيحُ يُكرزُ به أنه قام مِنَ الأمواتِ، فكيف يقولُ قومٌ بينكم: إن ليس قيامةُ أمواتٍ؟** ". (١ كو ١٥: ١٢)

ما هى وسيلة الفداء؟

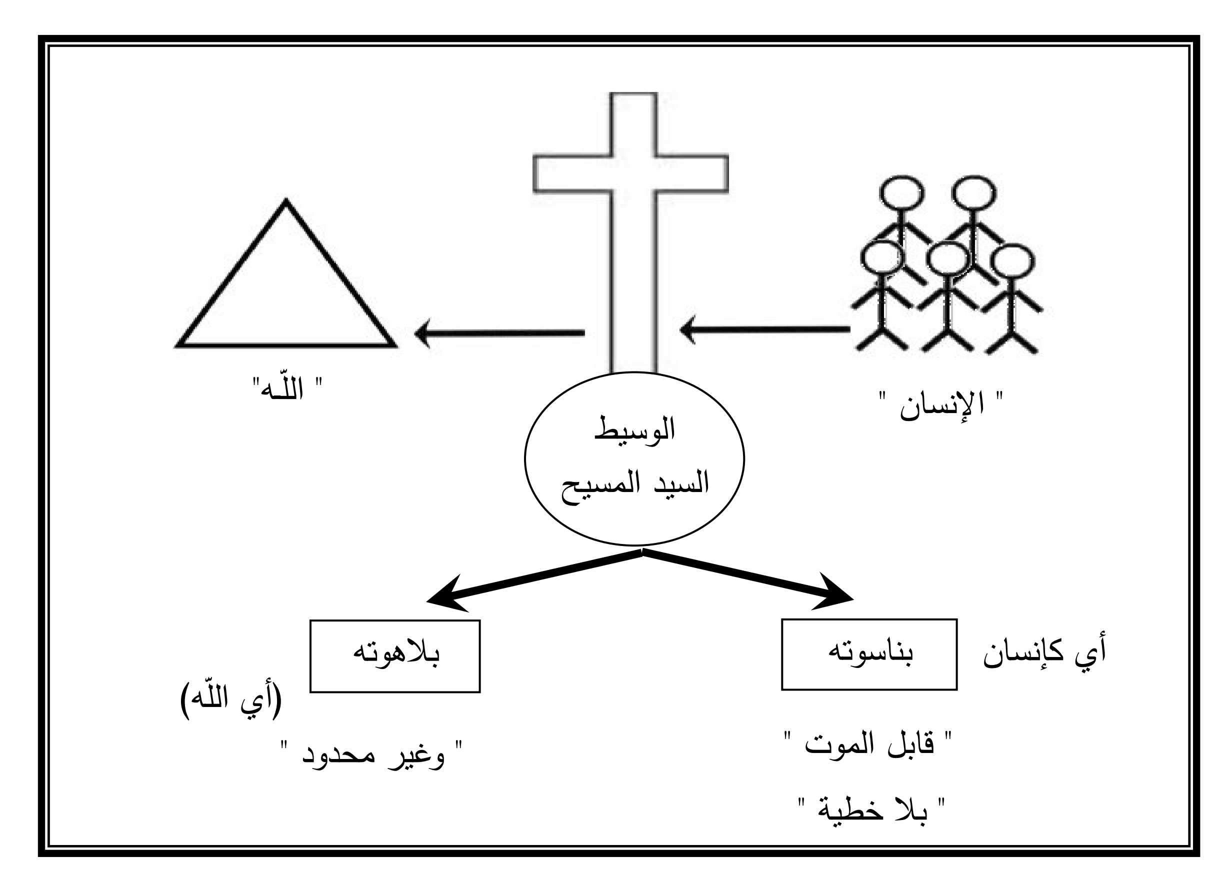
هى الموت وسفك الدم لأنه " **بدون سفك دمٍ لا تحصُلُ مغفرةٌ!** " (عب ٩ : ١٢)، لأن الدم فيه الحياة أو النفس " **لأن نفس كل جسدٍ هى دَمُهُ** " (لا ١٧ : ١٤)، فتقديم الدم أو سفك الدم هو إتمام حُكم الموت، ولذلك كان يُقدَّم الدم للَّه فقط في العهد القديم للتكفير.

لقد أخطأ الإنسان ضد اللَّه، واللَّه غير محدود لذلك صارت خطيته غير محدودة، والخطية الغير محدودة عقوبتها غير محدودة، لا تمحوها توبة الإنسان المحدود الذي فسدت طبيعته بالخطية وإذا قدمت عنها كفارة فينبغي أن تكون كفارة غير محدودة.

ولذلك اشترط العدل الإلهي في الفادي الذي يفدي الإنسان بأن يكون:

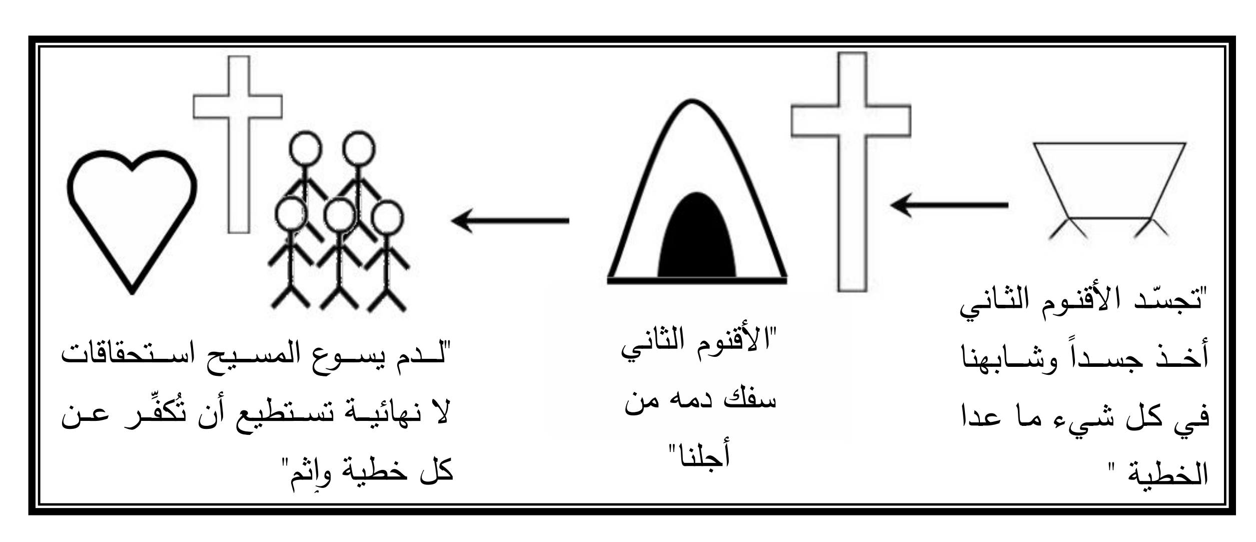


وهذه الشروط لا تتوافر لا في نبي أو ملاك أو رئيس ملائكة، لذلك تجسد السيد المسيح (الأقنوم الثاني) وتأنس أي صار إنساناً وأخذ جسد من السيدة العذراء، ليفدي البشرية، ويوفي العدل الإلهي حقه، وذلك لأن في شخص السيد المسيح تحققت شروط الفادي الأربعة لأنه:



" لأنه يوجدُ إلهٌ واحدٌ ووسيطٌ واحدٌ بين اللّه والناسِ: الإنسانُ يسوع المسيح، الذي بذل نفسهُ فديةً لأجلِ الجميعِ" (١تى ٢ : ٥ - ٦).

كيف تم الفداء؟



" ودم يسوع المسيح ابنه يُطهِّرُنا مِنْ كل خطيةٍ " (١ يو ١ : ٧).

"لأنـه هكـذا أحـبَّ اللَّـه العالم حتـى بـذلَ ابنـه الوحيد، لكـي لا يَهْلِـكَ كـل مَـنْ يـؤمِن بـه، بـل تكـون لـه الحياة الأبديـةُ. لأنـه لـم يُرسلِ اللَّه ابنه إلـى العالمِ ليديـن العالـم، بـل ليخلُصَ بـه العالـم" (يو ٣: ١٦-١٧).

تم الفداء عندما أخلى الأقنوم الثاني (ربنا يسوع المسيح) ذاته من أجلنا، وصُلِبَ ليهبنا الحياة.

"لكنه أخلـى نفسـهُ، آخـذاً صـورة عبـدٍ، صائراً في شبهِ النـاسِ. وإذ وُجِـدَ في الهيئة كـإنسانٍ، وضـع نفسـه، وأطـاع حتى المـوت، مـوت الصَّليب" (في ٢ : ٧ - ٨).

فصنع الصلح بدم صليبه، بموت ابنه (رو ٥: ١٠)، **"الـذي أبطـل المـوت وأنـار الحيـاة"** (٢ تى ١: ١٠).

"لأنـه كمـا فـي آدم يمـوت الجميـع، هكـذا فـي المسيـحِ سيُحيَا الجميـع" (١ كـو ١٥ : ٢٢).

التطبيق :

(بركات الفداء)

يجدر بنا أن نقدِّم للرب في كل صلاة الشكر والتمجيد والتسبيح من أجل بركات الفداء التي وهبها لنا وهى:

(١) بالفداء غُفِرَت خطايانا، وخَلُصنا من الموت والهلاك وصارت لنا الحياة الأبدية:

"مُتبرِّرين مجَّانـاً بنعمتـهِ بالفـداء الـذي بيسـوع المسيح، الـذي قدَّمـهُ اللَّـه كفَّارةً بالإيمـانِ بدمـهِ، لإظهـارِ برِّهِ، مِـنْ أجـلِ الصَّفحِ عـن الخطايا السَّالفة بإمهـالِ اللَّـه. لإظهـارِ برِّهِ في الزَّمانِ الحاضرِ، ليكـون بـارّاً ويُبـرِّر مَـنْ هـو مِـنَ الإيمـانِ بيسـوع " (رو ٣ : ٢٤ - ٢٦).

(٢) بالفداء تم الصلح بين السماء والأرض.

(٣) بالفداء خَلُصنا من أسر الشيطان وعبودية الجحيم.

(٤) بالفداء صار لنا استحقاقاً لتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين.

(٥) بالفداء عرفنا محبة اللَّه:

"لأن محبَّـة المسـيحِ تحصُـرُنا. إذ نحـن نحسـب هـذا: أنـه إن كـان واحـدٌ قـد مـات لأجـلِ الجميعِ، فـالجميع إذاً مـاتوا. وهـو مـات لأجـلِ الجميـعِ كـي يعيش الأحيـاء فيمـا بعـد لا لأنفسـهِم، بـل للـذي مـات لأجلهِم وقـام" (٢ كو ٥ : ١٤، ١٥).

(٦) بالفداء عرفنا معنى "عدل اللَّه " وأنه لا يتهاون في الخطية.

(٧) الفداء فتح أمام المؤمنين باب الرجاء في الفردوس الذي طُرِدنا منه، وتُحرِّك فيهم حياة الجهاد مِن أجل ملكوت السموات المُعدّ لهم من قَبل إنشاء العالم.

قص حول حدود الصليب بالخط الأسود العريض في هذا المستطيل فقط

"ولكن اللّه بيَّن محبته لنا، لأنه ونحن بعد خطاةٌ مات المسيح لأجلنا" (رو ٥: ٨)

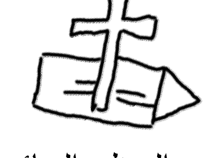
يمكنك الحصول على بانوراما السيد المسيح المصلوب إذا اتبعت الخطوات الآتية:

١. لوِّن منظر الصلب، ثم قص حول المستطيل بالخط الأسود الثقيل.

٢. في المستطيل العلوي افتح حول منظر الصليب المحدد.

٣. اثني الخطوط – – – – للخلف فتثني المستطيلات معاً على شكل مثلث.

٤. الصق الجزء المُظلّل في طرف المستطيل العلوي من الخلف لتكون شكل هرم.



المنظر النهائي



المراجع:

- الكتاب المقدس
- "التربية المسيحية" - للأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "قضايا شبابية واجتماعية" - للأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "نحو شخصية ناضجة ومتفاعلة" - للأنبا موسى.
- "مسيحنا حي" - للقس ميخائيل عطية.
- "شباب ناضج" - للقس أنطونيوس كمال.

آية الدرس:

"مَنْ يتبعني فلا يمشي في الظُّلمة بل يكون له نور الحياة" (يو ٨ : ١٢).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف أنه بإمكانه الاحتفاظ بشخصيته، مع محاولة تطويرها بإزالة ما بها من سلبيات وزيادة الإيجابيات.
- يفهم أن تطوير الشخصية يمكن بإحداث تعديل في الدوافع والأفكار والسلوك.
- يستنتج أن الحاضر هو فترة الاختيار بين أن يبقى كما هو أو يتطور أو يعود إلى الوراء.
- يفهم أن المستقبل يذخر بآمال وطموحات وإمكانيات.
- يقدر أن يطور نفسه، بمعونة السيد المسيح.
- يقرِّر أن ينال الحياة في المسيح بالمواظبة على التقدم للأسرار المقدسة أسبوعياً ليثبت في المسيح.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

- كان موسى يحيا في قصر فرعون، ولمَّا رأى مذلة شعبه، حاول – بقوته الشخصية – إنقاذ الشعب، فقتل المصري.

- أدرك فشله، فهرب إلى أرض مديان، وظل هناك لمدة ٤٠ سنة يتدرب كيف يحيا حياة جديدة مع اللَّه، وظل الرب يُدرِّبه على الصبر والطاعة والاحتمال، استعداداً للعودة إلى مصر لإنقاذ شعبه.
- ظهر الرب لموسى من العليقة، وأخبره أنه معه وسيساعده.

❖ موسى تغيَّر إلى إنسان جديد ← " خاضعاً للرب ومتمسكاً به " وذلك بعد فترة تدريب وإعداد في البرية.

عـرض الـدرس:

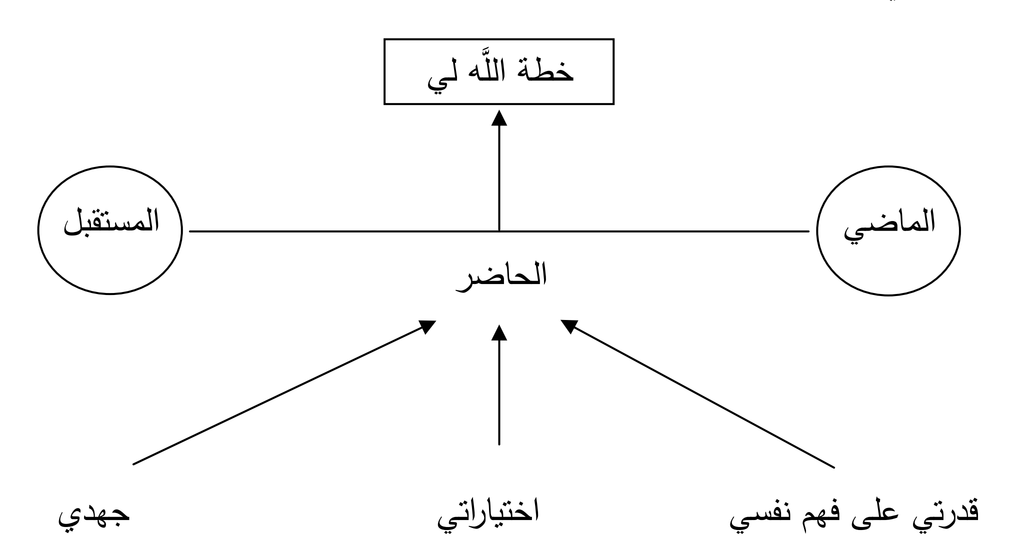
قصة: فرخ النسر الذي كان يعيش وسط الفراخ.

- بإمكاني أن أحتفظ بشخصيتي مع محاولة تطويرها عن طريق:
  - إزالة ما بها من سلبيات.
  - زيادة الإيجابيات.

أنت لا تستطيع أن تُغيِّر نفسك كليةً أو تستغني عن ذاتك أو تستبدلها بشخص آخر، ولكن:

تستطيع أن تُحدِث تعديلاً ملحوظاً في ← { الدوافع / الأفكار / السلوك }

الإنسان بين الماضي والحاضر والمستقبل:



- **أنت والماضي:**

إن ماضيك هو أنت، ما تعلَّمته، وما أهملت في تعلُّمه، أو ما لم تستطِع تعلُّمه، وما اجتزت فيه من صعوبات، وما حققته من انتصارات.

- **ماضيك هو**: كل ما تملك، وهو رصيدك الفعلي.

ولكن الماضي ليس هو كل أرصدتك، وليس أيضاً كل إمكانياتك، فالمستقبل يذخر بآمال وطموحات وإمكانيات، إذا التفتنا إليها، صارت لنا سبب بركة، ومصدر قوة كبيرة.

- لا نحيا عبيداً للماضي وعيوبه، بل نتعلم من أخطائنا أكثر مما نتعلم من فترات النجاح.

❖ إننا نستطيع أن نتحكم في خبراتنا الماضية:

١- بتعديل وجهات نظرنا.

٢- الاتجاه نحو مستقبل أفضل.

أي أن: الماضي ← هو الخبرات.

الحاضر ← هو الاختبارات.

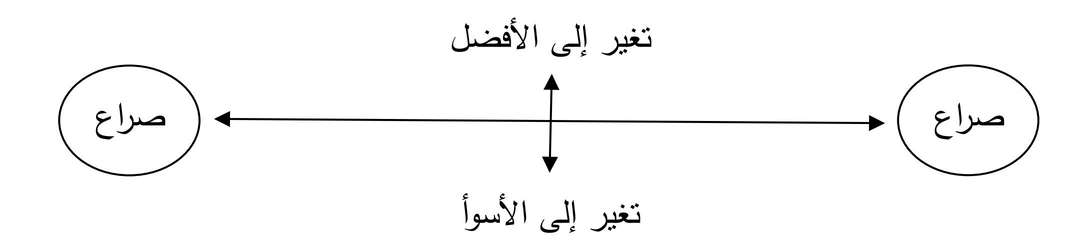
- **أنت والحاضر:**

- في قصة امرأة لوط: قال الملاك للوط "**اهرب لحياتك. لا تنظر إلى ورائك، ولا تقف في كل الدائرة. اهرب إلى الجبل لئلاَّ تهلك**" (**تك ١٩ : ١٧**).

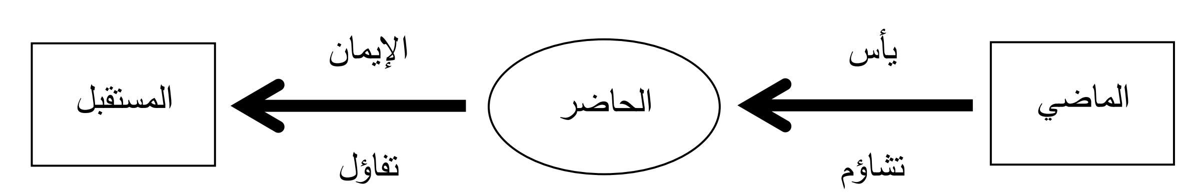
ولكن حين نظرت امرأة لوط للخلف - إلى سدوم وعمورة - تحولت إلى عامود ملح.

- وكان على لوط وابنتيه عدم النظر إلى الزوجة المتجمدة، بل مواصلة السير نحو طريق الخلاص.

- **التغير في الحاضر يكون إما للأفضل أو للأسوأ:**



- يستطيع الإنسان أن يُعدِّل اتجاهاته السلبية بمعونة الرب وبالنظرة المتفائلة لحياته.
- فالماضي يحمل معه الصراعات، والصراع يُحدِث التغيير، والتغيير يكون للأفضل أو للأسوأ.
- الإنسان لا يميل إلى الصراع لفترات طويلة، بل هو يميل إلى إخماده بالقفز لأعلى، أو لليأس والهبوط إلى أسفل.



الحاضر هو فترة الاختبار:

- إن الحياة رحلة يومية، وهى سياحة في برية العالم:
  - هل تختار أن تظل كما أنت؟
  - أم تختار أن تتطوّر وتغيّر نفسك؟
  - أم ترضى بأن تعود إلى الوراء؟
- الحاضر يحمل إمكانياتك + جهدك + أمانتك + مثابرتك.

- **أنت والمستقبل:**

هناك قصة رائعة في الكتاب المقدس – (٢ مل ٧ : ٣ – ٥) – عن الأربعة البُرص الذين ركضوا لكي يختاروا:

- عندما حاصر الجيش الأرامي مدينة السامرة، وكان جوع شديد في السامرة، وكانوا يبحثون عن طعام في المدينة، ولكنهم كانوا ممنوعين من الاختلاط بسكانها، وبالتالي أصبحوا في مأزق (بين دخولهم أرام، أو الرجوع إلى السامرة) وكانت اختياراتهم تعرّضهم للخطر.
- اقترح عليهم أحدهم أن يسلّموا أنفسهم للأعداء بدلاً من الموت جوعاً.
- فذهبوا في تلك الليلة إلى معسكر الأراميين، فاكتشفوا أنه لا يوجد به أحد، وأخيراً رجع البرص إلى السامرة ليبشروا الناس بالحدث العظيم.
  - اختياراتهم عادت عليهم بالنجاح، ثم شاركوا الآخرين في نجاحهم.
  - وهذه القصة تظهر أن هناك ثلاثة أنواع من الناس:

١) الجالسون
٢) الآخذون
٣) العطاءون

١- الجالسون:

- لسنوات طويلة ظل البرص جالسين في مدخل الباب ينظر كل منهم للآخر.
- كثيرون يقضون كل أوقاتهم جالسين، يشكون من مشكلاتهم، بدلاً من مواجهتها.

٢- الآخذون:

- ذهب البرص إلى الخيمة يجمعون كل الأشياء.
- هذا هو اتجاه الناس اليوم ← أن يجمعوا كل شيء لفائدتهم الشخصية، وكلما امتلكوا أكثر، كلما أصبح إشباعهم أقل.

٣- العطاءون:

- ذهب البرص ليبشروا الآخرين.
- إن البركة الأكبر هى أن تعطي، لا أن تأخذ، وتعطي الآخرين.
- التطوير المستمر للذات.

❖ **التطوير المستمر للذات:**

تطوير الذات يقصد بها ثلاثة أمور رئيسية:

١- المداومة على الحياة مع الرب يسوع المسيح.

٢- المداومة على رفع مستوى الاحتراف والتخصص والإنتاج والكفاءة والفاعلية في مهنتك.

٣- المداومة على رفع مستوى علاقتك الإيجابية مع الآخرين.

أي أن تطوير الذات: الحياة مع المسيح، إتقان الدراسة، الإيجابية في العلاقات مع الآخرين.

❖ **خطوات تطوير الذات: هناك أربع خطوات:**

١- معرفة النفس

٢- قبول النفس

٣- الإتقان

٤- الإبداع

التطبيـق:

❖ **كيف أنال " الحياة " في المسيح يسوع؟**

١- الأسرار المقدسة ←———— تعطيني كل مفاعيل الحياة (الخلاص).

٢- الإيمان الحي ←———— (الإيمان: العقلي، العملي، السلوكي).

١) الأسرار المقدسة:

أ. المعمودية : تلدني ولادة جديدة، وتلبسني المسيح.

ب. الميرون : يثبِّتني ويدشِّن كياني للمسيح.

ج. التوبة والاعتراف: التطهير والغفران.

د. الافخارستيا : التقديس، الثبات، الخلود.

٢) الإيمان الحي:

أ. الإيمان العقلي: أعرف المسيح.

أعرف المسيح بالذهن، أعرف الصورة الحقيقية لإله الإعلان المسيحي من خلال: "القراءات الإنجيلية، والآبائية، والكنسية".

ب. الإيمان الاختباري: اختبر المسيح.

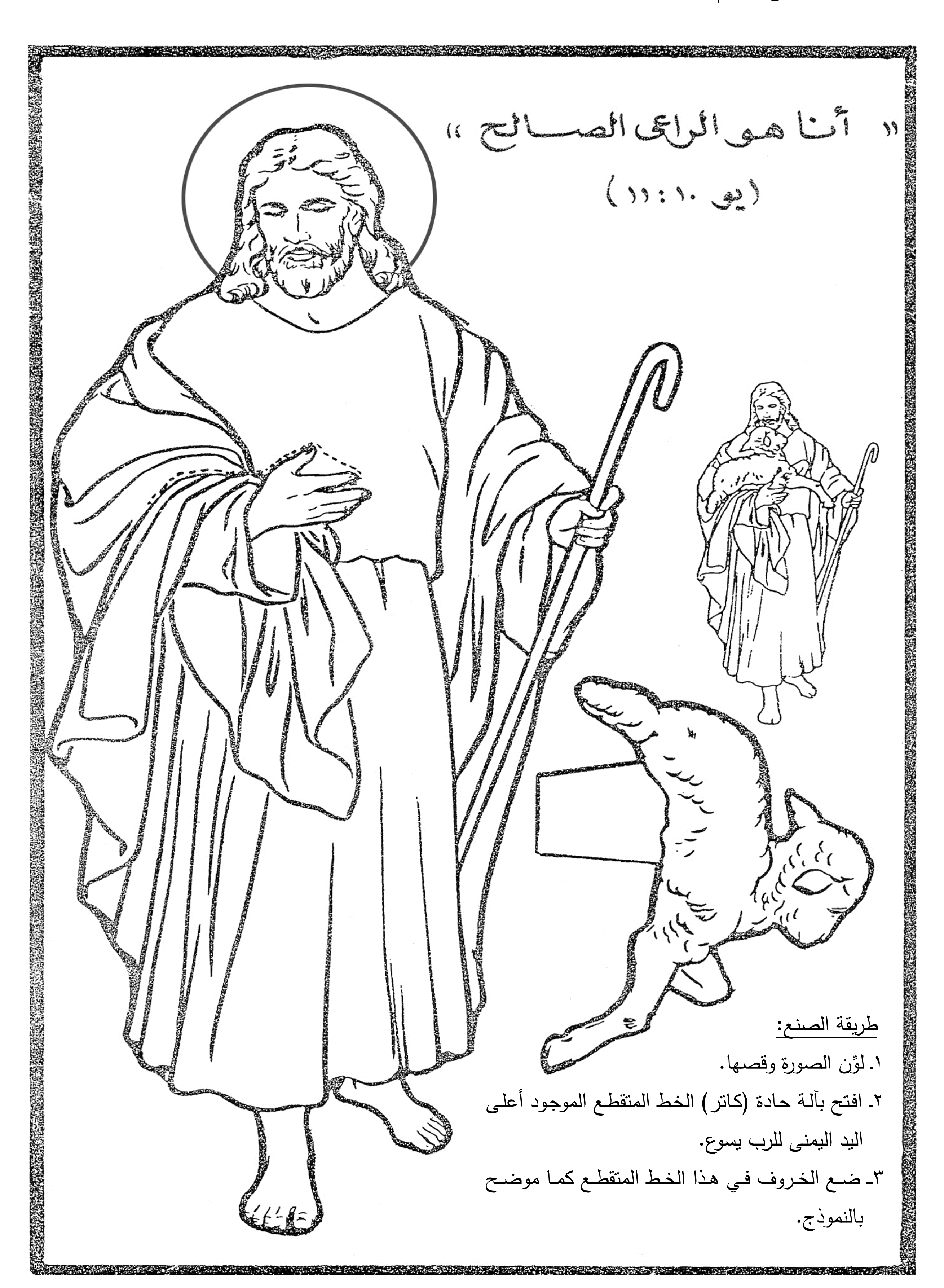
على مستوى الحياة العملية "تحمُّل الآلام والضيقة، الثقة في اللَّه، حياة الشكر".

ج. الإيمان السلوكي: اشهد للمسيح بحياتك.

"نور العالم، ملح الأرض، الخميرة التي تخمر العجين كله، رائحة المسيح الذكية، سُفراء المسيح".

التدريـب :

المواظبة على التقدُّم للأسرار المُقدَّسة أسبوعياً.



<u>طريقة الصنع:</u>

١. لوِّن الصورة وقصها.

٢ـ افتح بآلة حادة (كاتر) الخط المتقطع الموجود أعلى اليد اليمنى للرب يسوع.

٣ـ ضع الخروف في هذا الخط المتقطع كما موضح بالنموذج.



الطريق نحو شخصية مُتكاملة

المراجع:

- الكتاب المقدس.
- "التربية المسيحية" - للأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "قضايا شبابية واجتماعية" - للأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "منهج دروس التربية الكنسية، مطرانية ملوي" - للأنبا بيمن أسقف ملَّوي وأنصنا والأشمونين.
- "شخصيتك" - د. مجدي إسحق.
- "شباب ناضج" - للقس أنطونيوس كمال.

آية الدرس:

"وتعرفون الحقَّ، والحقُّ يُحرِّركم" (يو ٨ : ٣٢).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يعرف أن معنى ضبط النفس هو التضحية بلذة وقتية في سبيل سعادته.
- يدرك أهمية تغليب نظرته الواقعية على الخيالية.
- يفهم أهمية أن يحيا في حياة شركة مع المسيح، فيكون لديه المبادئ السامية والشخصية الواعية، فينتصر في حروبه مع إبليس.
- يستنتج أن اللَّه هو مصدر قوتنا وإرشادنا، وإننا لسنا وحدنا في هذه الحياة، لكنه معنا.
- يفهم أن الشخصية لا تُولَد، لكنها تتكون بالتدريب والمِران.
- يعرف أنه عندما تعمل النعمة في شخصية الإنسان، فإنها تُقدِّس الميول والدوافع والأهداف.
- يدرك أن اللَّه عندما يمتلك حياة إنسان، فإن روحه القدوس يستخدم كل إمكانيات الشخصية لمجده.
- يقرِّر أن ينتظم في ممارسة سر التوبة والاعتراف والتقدم إلى سر التناول حتى تتنقى حياته (ينظف باستمرار ثوب معموديته الأبيض).

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

معجزة إقامة لعازر (CD) ونلاحظ في هذه المعجزة:

مريم ← كانت هادئة، متأملة، صامتة.

ومرثا ← كانت مندفعة، متحمسة، جريئة، متكلِّمة.

❖ هناك فروق بين الشخصيتين وبين سمات كل منهما:

١- شخصيه هادئة متأملة.

٢- شخصية مُندفعة جريئة.

ويُصنِّف علماء النفس - منذ زمن بعيد - الشخصيات إلى أنماط مختلفة، ولكن هناك تصنيفات عديدة.

عرض الدرس:

- كان أحد الفلاسفة اليونانيين يُفكِّر في الإنسان (شخصيته وأهدافه ومصيره) وبعد تفكير عميق وطويل صرخ قائلاً: "أيها الإنسان ... اعرف نفسك".
- الإنسان كثيراً ما يجهل حقيقة نفسه.

❖ **الإنسان:**

١. روح ← خالدة.
٢. جسد (يحوي هذه الروح) ← مادة فانية (تراب وإلى التراب تعود).

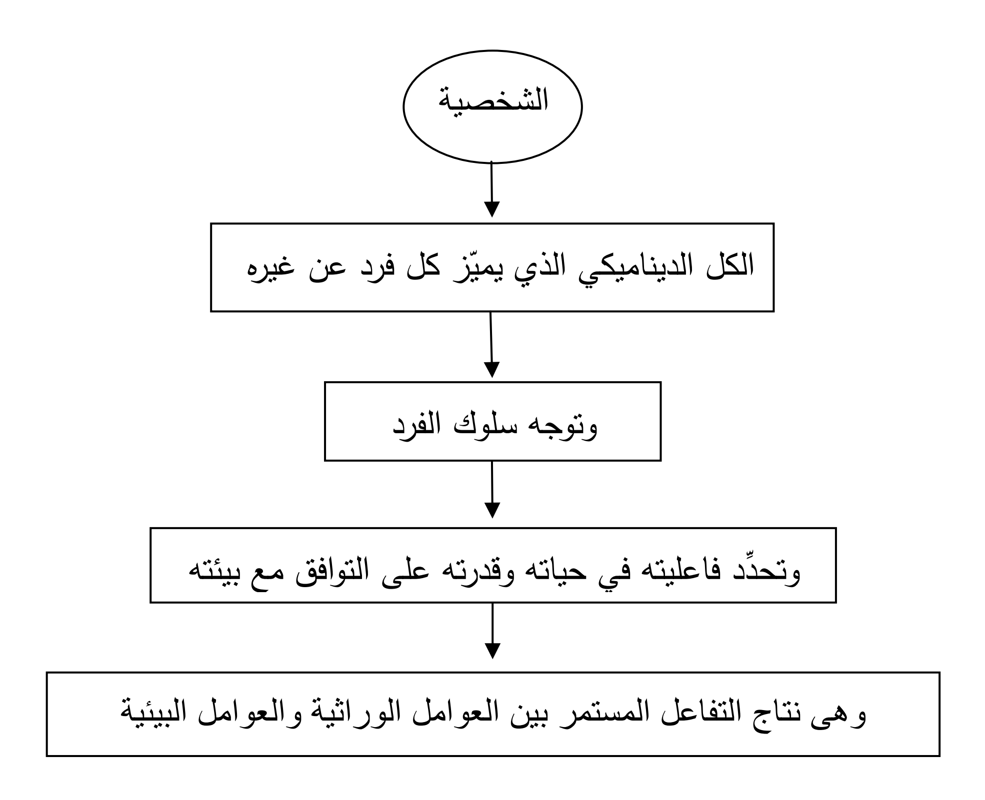
- إنّ الإنسان يمتلك حياته الروحية التي هى كما قال السيد المسيح: "جوهرة فائقة الثمن"، ولو أدرك الإنسان قيمتها، لتصرف تصرفاً حكيماً وحافظ عليها.
- ولكن كثيراً ما ينسى الإنسان ذلك، ويجري وراء سراب مادي.
- لذلك قال السيد المسيح: **"لكن اطلبوا أولاً ملكوت اللّه وبِرَّه، وهذه كلها تُزاد لكم" (مت ٦ : ٣٣).**

❖ **ما هى الشخصية؟ " Personality ":**

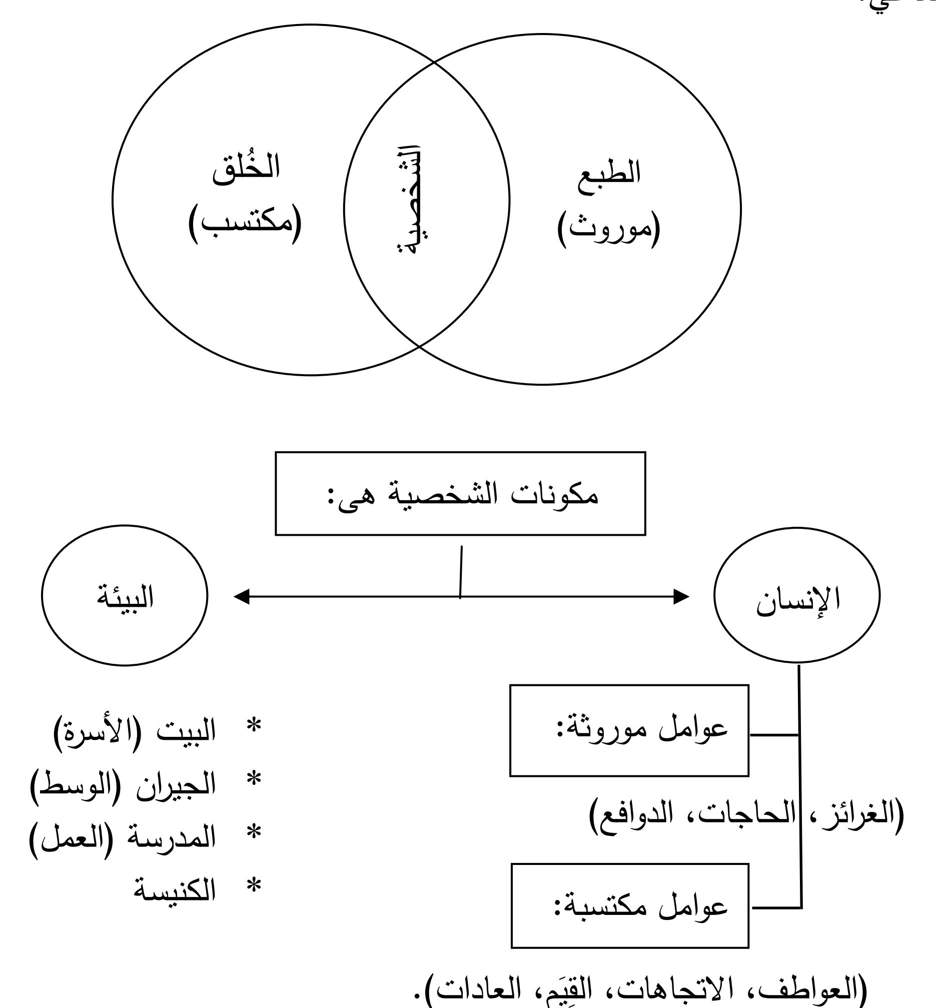
- يرجع أصل الكلمة إلى الكلمة اليونانية " persona " (برسونا)، وهى تعني: " الوجه المستعار أو القناع (Mask) الذي يضعه المُمثِّل على وجهه".

❖ **الشخصية:**

هى ما يدل عليه السلوك الإنساني. أو هى القدرة على السلوك الاجتماعي الحسن والتأثير الفعّال الذي يجعل ذكاءنا ومهارتنا مجديين. أو هى التعبير الخارجي عن الإنسان.



الشخصية هى نتاج التفاعل بين ما هو موروث، وما هو مُكتَسب، ومن هذا التفاعل ينتج سلوك الإنسان الاجتماعي.



العوامل التي تؤثِّر على تكوين الشخصية:

١. العوامل الجسمية: (الشكل العام، حالة الجسم).
٢. العوامل العقلية: (الذكاء).
٣. العوامل الانفعالية والمزاجية: (الاتزان الانفعالي).
٤. العوامل البيئية والاجتماعية.

أنماط الشخصية:

- مِنْ أكثر الأمور تعقيداً للدارس، أن يقترب من تصنيف الشخصيات.
- ولقد اختلف العلماء فيما بينهم في ذلك الأمر.

أقدم وأبسط تصنيفات الشخصية:

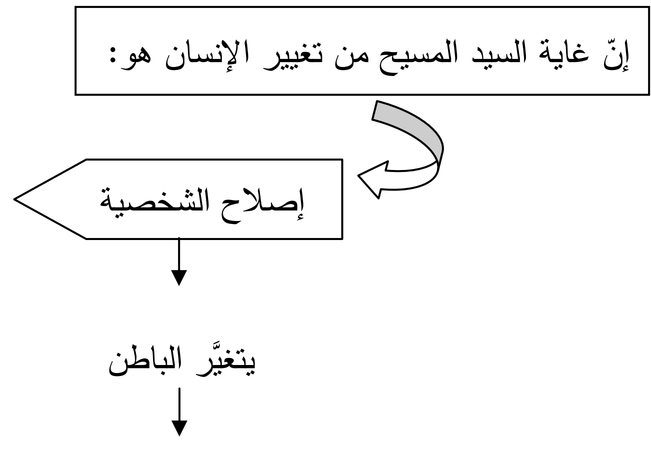
اعتقاداً بأن الشخصيات تتكون نتيجة لأربعة سوائل داخل جسم الإنسان: (الدم، العصارة المرارية الصفراء، العصارة المرارية السوداء، البلغم) تنقسم الشخصيات لأربعة أنواع:

١. الشخصية الدموية
٢. الشخصية الصفراوية "أبقراط "
٣. الشخصية السوداوية
٤. الشخصية البلغمية

ومع مرور الوقت وتطور دراسات علم النفس تطورت هذه المحاولات لتصنيف الشخصيات وتغيرت أيضاً:

١. الشخصية الاجتماعية (بدلاً من الدموية).
٢. الشخصية القيادية (بدلاً من الصفراوية) ← مرثا، بطرس، بولس.
٣. الشخصية الباحثة عن الكمال (السوداوية).
٤. الشخصية الهادئة (البلغمية) ← مريم، يوحنا.

- ويلاحظ أن اطلاق هذا الاسم على الشخصية، يفيد أن هذه الصفة هى الغالبة على الشخصية، وهى تشكِّل معظمها.
- وهذه الأنماط هى للإنسان الطبيعي قبل أن يتعامل مع نعمة المسيح المُغيِّرة لطبيعة الإنسان، أي قبل التوبة والرجوع إلى اللّه.



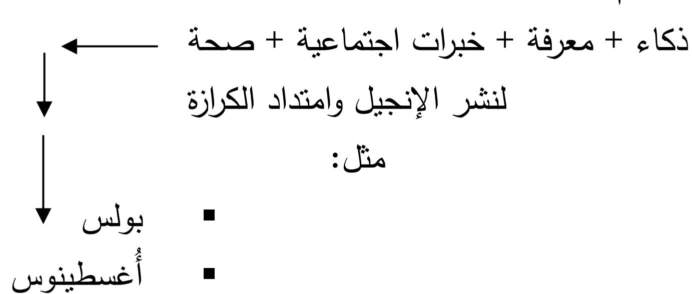
ليُصلِحِ الظاهر (أي السلوك والتعاملات).

" فليضيء نوركم (الباطن) هكذا قدام الناس، لكي يروا أعمالكم الحسنة (شخصيتكم الناضجة)، ويمجِّدوا أباكم الذي في السموات " (مت ٥ : ١٦).

عمل النعمة في الشخصية:

- عندما تعمل النعمة في حياة الإنسان، فإنها لا تغيّر شخصيته وتحوّله إلى الطراز الآخر، وإنما تُبقيه على ما هو، لكنها تُقدِّس الميول والأهداف.
- عندما يملك اللَّه على حياة إنسان، فإن الروح القدس يستخدم كل إمكانيات الشخصية لمجد اللَّه:

(أ) يستخدم: المواهب الجسدية:



ذكاء + معرفة + خبرات اجتماعية + صحة

لنشر الإنجيل وامتداد الكرازة

مثل:

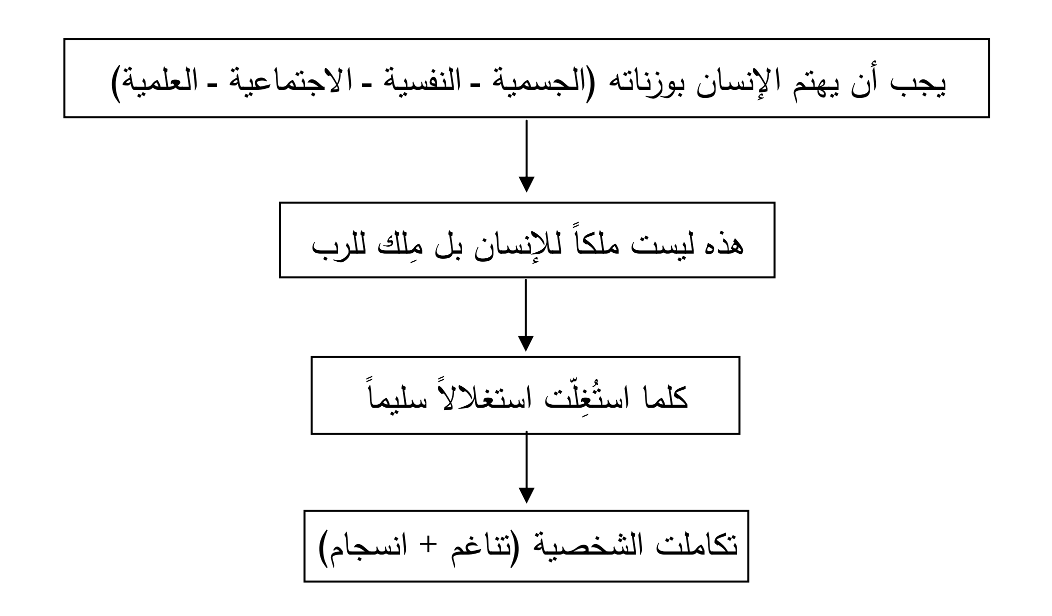
- بولس
- أُغسطينوس
- غريغوريوس

(ب) ويستخدم: الخبرات الاجتماعية والصحة البدنية والنفسية أيضاً:

سواء في الفقراء أو الأغنياء: مثل: الأنبا شنودة رئيس المتوحدين.

لذلك من الضروري أن يهتم الإنسان بوزناته:

١. الجسمية
٢. النفسية
٣. الاجتماعية
٤. العلمية



ملامح الشخصية المُتكاملة:

ملامح الشخصية المُتكاملة هى:

١- القدرة على السمو بالدوافع والغرائز الجسدية.

٢- القدرة على المُثابرة وتجاوز الفشل.

٣- القدرة على قبول النفس وتحمّل الآخرين.

٤- الإيجابية.

التطبيـق:

❀ ما هو الطريق إلى الشخصية الناضجة؟

١ - القدرة على ضبط النفس:

من مميزات الشخصية الناضجة، لأن ضبط النفس معناه التضحية بلذة وقتية في سبيل سعادة أكثر دوماً. وكذلك التضحية بتحمل ألم وقتي في سبيل تجنُّب ألم أكثر دواماً.

مثال:

- تلميذ يضحي بمشاهدة التليفزيون أو مبارة ← في سبيل المذاكرة والنجاح.
- الشاب الناضج يضبط نفسه وشهواته ← محافظاً على حياته.

"ونحن غير ناظرين إلى الأشياء التي تُرى، بل إلى التي لا تُرى. لأن التي تُرى وقتيَّةٌ، وأمَّا التي لا تُرى فأبديةٌ" (٢ كو ٤ : ١٨).

٢ - تغليب النظرة الواقعية على الخيالية:

مثال:

- لا يكثر من أحلام اليقظة.
- يستغل أوقات فراغه جيداً.

٣ - النظر إلى الأمور نظرة موضوعية، وليس نظرة ذاتية:

- الطفل: نظرته: ذاتية (لأنه أناني بطبيعته).
- الكبار: يتخلّصون من النظرة الذاتية.

٤ - الشعور بالارتياح في العطاء أكثر من الآخذ:

- ليس قاصراً على المال، بل ينطبق على كل شيء.

٥ - التحرُّر من المخاوف والقلق والتوتُّر النفسي:

وذلك من خلال:

- التعليل الصحيح للأحداث ← الكثير من الخرافات التي تخيفنا غير صحيحة "وتعرفون الحق والحق يُحرِّركم".
- موازنة الصراع النفسي عندما يحيا الإنسان مع المسيح، تتكوّن لديه المبادئ السامية، والشخصية الواعية، فيكون منتصراً على الدوام في صراعه النفسي.

٦- الخروج من الدائرة الضيقة التي يعيش فيها، ووجود هدف في حياته خارج الإنسان ذاته:

" لو لم تكن شريعتك لذَّتي، لهَلَكتُ حينئذٍ في مذَلَّتي " (مز ١١٩: ٩٢).

- الكنيسة: فيها نتدرَّب على النمو والنضوج.
- المسيح: هو الملجأ الذي نجد عنده الأمان والاطمئنان.
- الروح القدس: هو القوة التي تنصرنا على الصراع وهو مصدر قوتنا وإرشادنا.

لسنا وحدنا في هذه الحياة.

التدريب:

- إنّ حياتنا ليست ملكنا، إنما هى عطية من عند اللَّه، [المسيح خلقنا، مات من أجلنا، ينقذنا من الشرور في حياتنا اليومية، يغفر خطايانا في سرّ الاعتراف، ويعطينا إمكانية الحياة الجديدة].
- لذلك يجب أن نُقدِّم حياتنا له.

❁ كيف أقدِّم حياتي للسيد المسيح؟

١- بتخصيص وقت مُقدَّس في يومي العادي لشخص الرب يسوع.

- ❖ أجلس معه وأتمتّع به:
  - في الصلاة.
  - قراءة الكتاب المقدس والكتب الروحية.

٢- بانتظامي في ممارسة الاعتراف، والتناول حتى تتنقي حياتي من كل ما هو عالق بها.
[أُنظِّف ثوب معموديتي الأبيض، وذلك بمحافظتي على وديعة حياتي التي أودعها اللَّه إياي].

٣- أخدم اللَّه: بوقتي ومالي وصحتي.

آية: **" سراجٌ لرجلي كلامك ونورٌ لسبيلي "**

<u>طريقة العمل:</u>

١. لوِّن هذه الصور.

٢. ثبِّت خيط في خلفها.

٣ـ علِّق هذه الصور في قطعة من الحطب بالترتيب وعلى مستويات مختلفة.





هل حياتك لها هدف ؟

المراجع:

- "الوسائط الروحية" - للبابا شنوده الثالث.
- "الحياة والرجاء" - للأنبا صموئيل.
- "شفاء النفس" - الأرشيدياكون رمسيس نجيب.

آية الدرس:

" **الرب يُشبع بالخير عُمركِ، فيتجدَّدُ مثل النَّسر شبابُكِ**" (مز ١٠٣ : ٥).

أهداف الدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك ما هو هدف حياته، وما هى أولوياته في الحياة.
- يفهم أن هناك عدَّة أهداف تحرك البشر في حياتهم.
- يستنتج أن أهم هدف في الحياة هو أن يستعد الإنسان لحياته الأبدية.
- يعرف ما هى فوائد تحديد هدف محدد لحياته، ووسائل تحقيق هذا الهدف.
- يقرِّر أن يخصص وقتاً لقراءة الكتاب المقدس يومياً قبل استذكار دروسه.
- يقرِّر أن يُصلِّي يومياً صلوات السواعي (خاصة: باكر + غروب).
- يقرِّر التقدم لسر التوبة والاعتراف والتناول من جسد الرب ودمه الأقدسيْن، ليثبت في المسيح وينال الحياة الأبدية.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

يذكر الخادم هذه المعلومة العلمية:

يعيش النسر أكثر من مائة عام، وعندما يبلغ الستين من عمره يبدو عليه الضعف والشيخوخة فيجلس خائراً ضعيفاً، وريشه متنافر، ومنقاره مُشقَّق، ويفتحه بصعوبة بالغة ليتناول طعامه.

ثم لا يلبث أن ينهض فجأة من هذه الحالة ليطير ويضرب منقاره القديم بكل قوة في الصخر عدة مرات حتى يتكسّر ويسقط قطعاً صغيرة، فيظهر تحته منقار صغير جديد حاد، ثم يبدأ يحكّ جسمه في الصخور ليتخلص من الريش القديم، وطالما يتجرّح جسمه وتسيل منه الدماء، يبدأ الريش الجديد ينمو.

ويبدو النسر في هذه الحالة ضئيل الحجم عن ذي قبل، إلاَّ أن شبابه قد تجدّد تماماً، وعادةً يعيش بعد ذلك حوالي خمسين عاماً.

هكذا حياتنا الروحية، لا تلحقها الشيخوخة، بل هى حياة شبع متزايد، ونمو في النعمة ومعرفة ربنا يسوع المسيح.

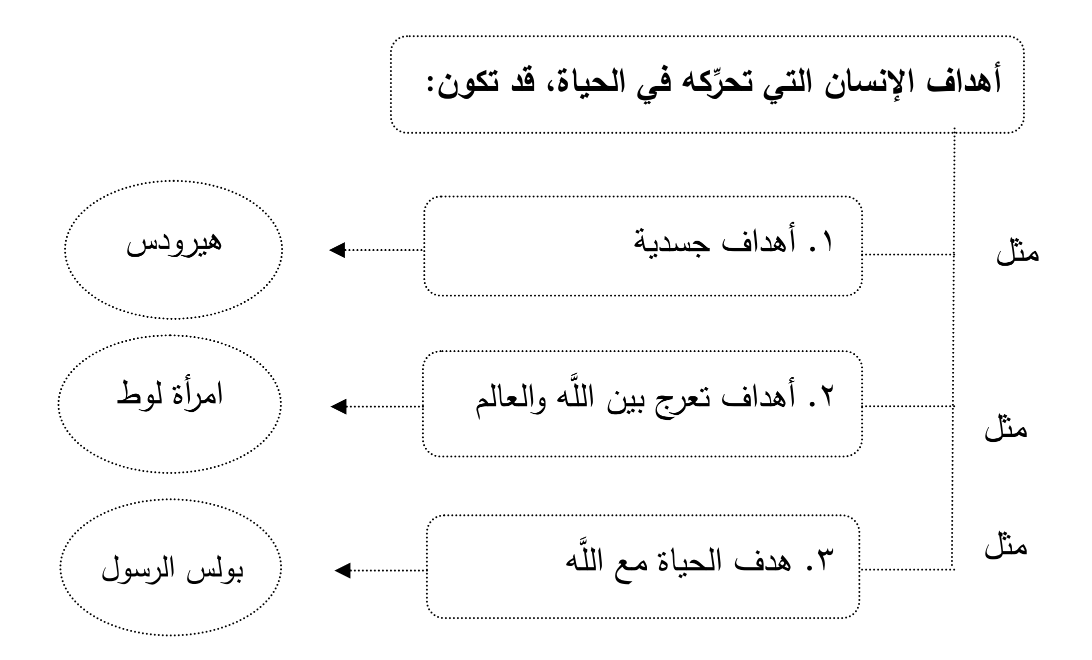
عرض الدرس:

ليتنا نقضي بعض الوقت نُفكِّر في أنفسنا، ونتساءل سؤالاً هاماً ...

❖ **ما هو هدف حياتك؟ وما هى الأشياء التي تعطيها الأولوية القصوى في حياتك؟**

- إنّ حياة الإنسان هادفة وبدون الهدف تفقد المعنى، وتصبح ضياعاً كاملاً، لأن الهدف الواضح المحدد يجعل الإنسان مُدرِكاً لِمَا سيفعله.

وعادة يكون هدف الإنسان الذي يحركه في الحياة واحد من ثلاثة أهداف:



أولاً: الأهداف الجسدية:

حيث الاهتمام باللذات وشهوات العالم، مثلما ظن "هيرودس الملك" أنه سيملك على عرشه إلى الأبد، ولم يُعطِ المجد للّه، فأكله الدود وهو حيٌّ في كرسي عرشه.

ثانياً: الأهداف التي تعرج بين اللَّه والعالم:

حيث يكون للإنسان أهداف جانبية إلى جوار اللَّه، وفي هذه الحالة يسعى الإنسان إلى أن تكون هذه الأهداف الجانبية هى الأصل، إذا تعارضت مع هدف الحياة مع اللَّه، مثل "امرأة لوط" التي خرجت من "سدوم" وقلبها لا يزال متعلقاً بالمدينة الشريرة، وكانت النتيجة أنها هلكت وتحوّلت إلى عمود ملح.

ثالثاً: هدف الحياة مع اللَّه:

حيث يكون الاهتمام الوحيد هو اللَّه والحياة معه، وكل أهداف الإنسان الأخرى التي تبني حياته تكون في إطار محبة اللَّه، ولكن في المرتبة الثانية، مثل "بولس الرسول" الذي ترك مركزه وسط قادة الشعب، واستطاع أن يقول: **"خسرتُ كل الأشياء، وأنا أحسبها نُفايةً لكي أربح المسيح" (في ٣ : ٨).**

❖ **فوائد تحديد هدف الحياة:**

إن حياتنا على الأرض هى فترة الاستعداد للأبدية، فإذا كان الإنسان سيعيش على أكثر تقدير مائة عام على الأرض، لكن حتماً سيبقى حياً إلى الأبد في الأبدية.

فالعيش لتحقيق ميراث أرضي، هدف قصير المدى، وإنما الاستخدام الأكثر حكمة للوقت هو بناء ميراث أبدي، لأننا سنقف يوماً أمام اللَّه الحي لنُراجِع حساب حياتنا!!

وهناك عدة فوائد لتحديد هدف حياتنا:

١. معرفة الهدف تعني معنى لحياتك.
٢. معرفة الهدف تؤهّلك للأبدية.

التطبيق :

صديقي العزيز: أنت حُرٌّ في حياتك، لكن إن كنت ترغب في الحياة الأبدية مع المسيح والقديسين، لا تنسَ أن:

١- **تُحدّد هدفك:**

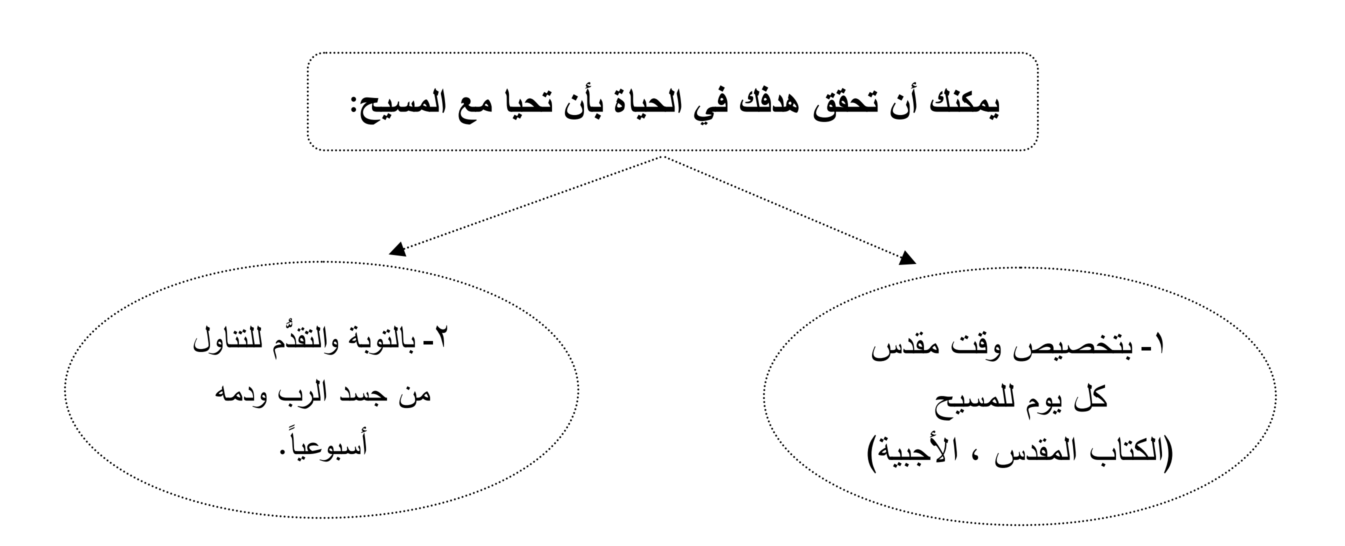
- لا تنخدع بأي هدف برّاق يُفقدك سعادتك (مال أو شهرة أو مركز أو جاه ...) لأن سلامك وسعادتك وفرحك في ارتباطك بالمسيح.
- فإن كان المسيح هو هدفك وغرضك في الحياة، ستجد راحة ومسرّة في حياتك، وحينئذ لا تتطلع إلى تغيير الظروف التي تجتازها، لأننا نعلم أن هذه هى أفضل ما يمكن لنا، لأنها من ترتيب إلهنا الصالح الذي يحب لنا كل خير... حقاً ما قاله بولس الرسول: **"ليس أني أقول من جهة احتياجٍ، فإني قد تعلَّمتُ أن أكون مُكتفياً بما أنا فيه ... أستطيع كل شيءٍ في المسيح الذي يُقوِّيني" (في ٤ : ١١ و١٣).**
- فما دام المسيح سائداً على حياتنا ويملك قلوبنا، فلا بد أن يقوينا ويقودنا في طرق وظروف حياتنا.

٢- **تَعرِف الوسائل الحقيقية التي تُحقِّق بها هدفك:**

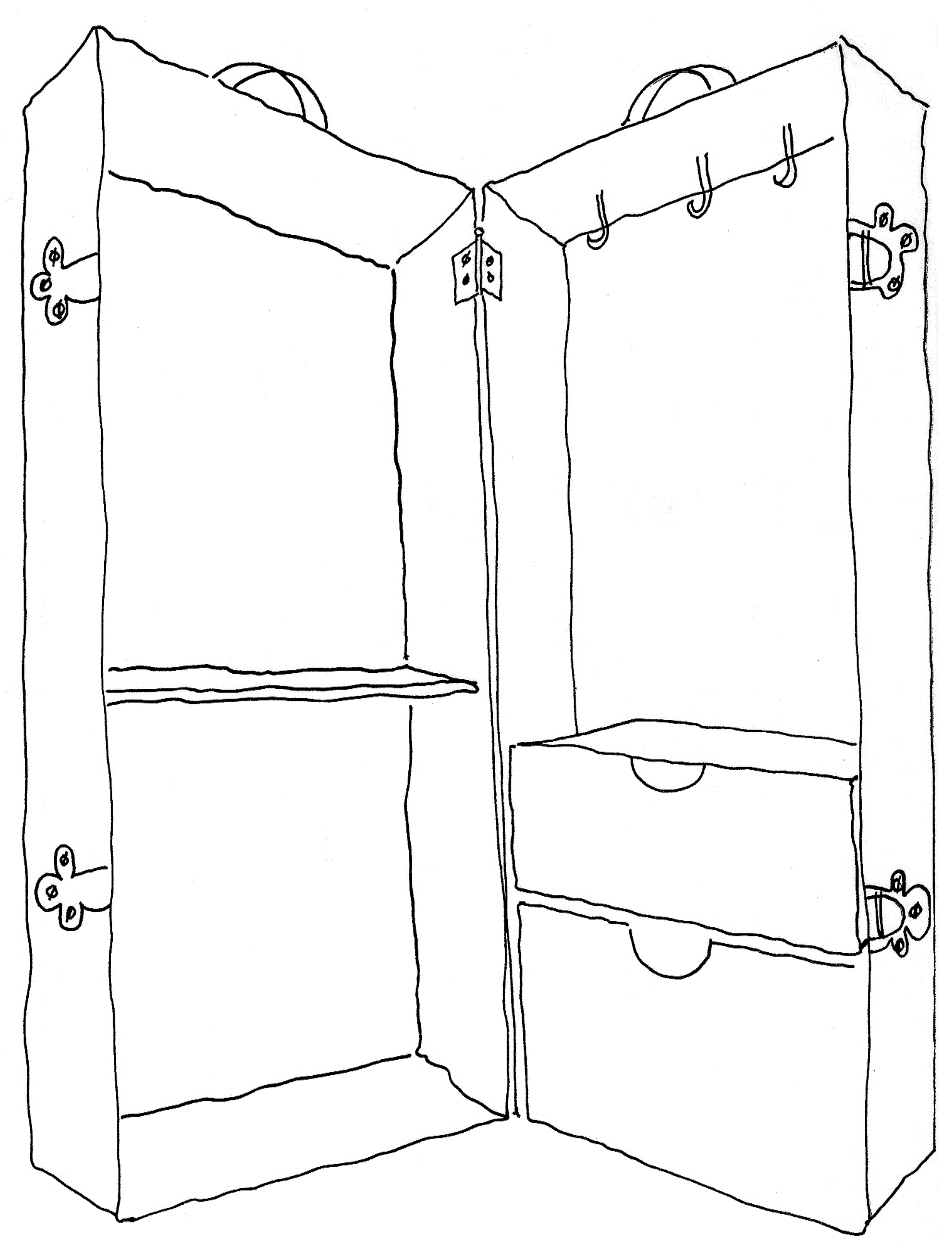
- يجب أن تحيا حياتك تلك الوديعة التي ائتمنك عليها الرب بكل أمانة، شاكراً الرب الذي فَدى حياتك بدمه الثمين، مُحقّقاً رسالة حياتك من خلال أنشطتك فكراً وقولاً وعملاً وعبادة، مُتذكّراً على الدوام أنك تسعى للوصول إلى أورشليم السمائية للتمتع بالحياة مع المسيح والقديسين.
- لقد عاش آباؤنا القديسون والشهداء عالمين أنهم سيُقابلون صعاباً في حياتهم، لكنهم كانوا مُدرِكين لأهم شيء في حياتهم، لقد عَلِموا ما هو هدف وجودهم! وإلى أين هم ذاهبون!!.
- هكذا فعل القديس العظيم "الأنبا بيشوي" الذي قضى حياته في الصلاة.
- وهكذا فعل الشهيد العظيم "مارمينا" الذي ترك المكانة والجاه والسلطان، ليكون شهيداً على اسم الرب.
- وهكذا فعلت القديسة "دميانه" التي تركت قصر الملك ونالت العذابات والآلام، من أجل الحياة الأبدية مع المسيح.

التدريب:

كيف نُحقِّق هدف حياتنا بأن نحيا مع المسيح في الأبدية؟



١. بتخصيص وقت مقدس كل يوم، لتجلس مع المسيح وتتمتع به، من خلال صلوات الأجبية اليومية، وقراءة الكتاب المقدس بانتظام "لو قرأت كل يوم ٥ أصحاحات يمكنك أن تقرأ الكتاب المقدس كله خلال عام".
٢. بالتوبة الصادقة عن كل خطايا الماضي، وباعتراف كامل أمام أبينا الكاهن، والتقدم للتناول من جسد الرب ودمه، لتنال الحياة الأبدية والثبات في القداسة التي بدونها لن يرى أحد الرب.



إذا قُمتَ برحلة تبشرية مع بولس الرسول، ارسم ما يمكنك أن تأخذه معك (أع ١٣ : ٣ ـ ١٥)

يوسف، حَجِّي - التخطيط للمستقبل

المراجع:

- الكتاب المقدس.
- "كيف تدير حياتك؟" - للقس أنطونيوس كمال.
- "القيادة خدمة وعلم وتخطيط" - للأنبا توماس، وتوم مارشال.
- "شخصيتك اعرفها، اقبلها، طورها" - د/ مجدي إسحق.
- "عادات النجاح السبع" - ستيفن كوفي.

آيـة الـدرس:

" لأن اللّه ليس إلـه تشويشٍ بل إلـه سـلامٍ " (١ كو ١٤ : ٣٣).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك الفرق بين الخطة والتخطيط.
- يفهم أهمية التخطيط لحياته الأبدية.
- يقرِّر أن يحيا بتوازن في حياته بكافة جوانبها.
- يقرِّر أن يبني مبادئه وقِيَمَهُ على الكتاب المقدس.

خطوات سير الدرس:

التهيئة:

- هناك قصة عن رجل اتفق مع زوجته على أن يشتري لها "غسالة أطباق" ولكن عندما استعد للخروج اكتشف إن النقود غير كافية، فخرج إلى البنك ليسحب مبلغاً من المال، ولكنه اكتشف أن السيارة تحتاج إلى تغيير الزيت، وفجأة تذكّر أنه يجب أن يسدِّد فاتورة التليفونات، وعندما ذهب إلى السنترال وجد أنه قد أُغلِقَ، ووجد نفسه قريباً من المستشفى فتذكّر أن خاله يُجري عملية جراحية بها ولا بد من زيارته، وهكذا ظلّ يوزع وقته ما بين عمل وآخر حتى نهاية اليوم، فقرَّر أن يعود إلى منزله ولكنه لم يكن قد اشترى لزوجته غسالة الأطباق.
- هذه القصة لا تُعبِّر عن شيء سوى عن العشوائية وعدم التخطيط.
- التخطيط شيء مهم وهو أساس النجاح والتقدُّم والانطلاق لأي شخص.

- إذا لم نتعلّم فن إدارة الحياة أو التخطيط للمستقبل فسوف يضيع عمرنا سريعاً دون أن ننجز شيئاً أو نترك شيئاً يُذكَر.
- ويقولون: "إذا لم تدير حياتك سيُديرها لك الشيطان".
- إدارة الحياة تعني كيف تستثمر وقتك ومالك ومواهبك وصحتك أفضل استثمار بحيث تُنجِز أكبر قدر ممكن مما يريدك اللَّه أن تُنجِزَه وتحقق أكبر إنجاز في العمر الذي يعطيه اللَّه لك.

عرض الدرس:

+ يوجد بالكتاب المقدس أمثلة كثيرة لشخصيات اهتموا بالتخطيط:

١. السيد المسيح:

"**ومن منكم وهو يُرِيدُ أن يبني بُرجاً لا يَجلسُ أولاً ويحسبُ النَّفقة، هل عنده ما يلزمُ لِكمالهِ؟ لئلاَّ يَضَعَ الأساس ولا يقدر أن يُكمِّلَ، فيبتَدئ جميعُ النَّاظِرين يَهزأون به**" (لو ١٤ : ٢٨ ـ ٣٢).

مَنْ يبني برجاً يجب أن يستعد قبل أن يبدأ البناء بوقت كافٍ:

- يحسب قدر النفقة اللازمة للبناء.
- يستشير المُختَبَرين والمُتخصِّصين.
- يبدأ في العمل إذا كان قادراً.

وذلك لكي لا يبتدئ يبني ثم يضطر إلى ترك البناء لحزنه وخسارته فيُعرِّض نفسه لسخرية الناس كما يفعل الجُهلاء. والسيد المسيح بهذا المثل يريد أن يُعلِّمنا:

"**أنه ليس من الحكمة أن يُقدّم الإنسان على أمرٍ ما وهو: غير قادر عليه، وغير مُستعد له**".

٢. يوسف: استطاع أن يضع خطة لتخزين القمح في سنوات الرخاء لمواجهة سنوات الجوع.

٣. حَجَّي: وضع خطة لعودة المسببين (حجي ١ : ١ ـ ١٥).

+ لماذا يجب على كل إنسان مسيحي أن يُخطِّط ويُنظِّم حياته؟

١. لكي يكون وكيلاً أميناً:

"**كوكلاء صالحين على نعمة اللَّه المتنوِّعة**" (١بط ٤ : ١٠).

٢. لأن إلهنا إله التخطيط المُسبَق:

"**لأننا نحن عمله، مخلوقين في المسيح يسوع لأعمالٍ صالحةٍ، قد سَبَقَ اللَّه فأعدَّها لكي نسلُك فيها**" (أف ٢ : ١٠).

٣. لأن كلمة اللّه تدعونا لنُخطِّط لحياتنا (لو ١٤:٢٨ - ٣٢).

" وليكن كل شيءٍ بلياقةٍ وبحسب ترتيبٍ" (١كو ١٤ : ٤٠).

٤. لأن المسيحي يتحرك نحو أهداف سامية.

+ ما هو التخطيط؟

- التخطيط: هو فن ومهارة التفكير في المستقبل، هو يتعلّق أساساً بالمستقبل ويتضمّن برنامجاً عملياً لتحقيق أهداف معينة خلال مدة محددة بأنسب الوسائل وأقل التكاليف.
- أي أن التخطيط هو: مرحلة التفكير السابقة للعمل والتي تشمل تحديد الأهداف والتنبؤ بالخطوات اللازمة وتقدير المشكلات التي يمكن أن تعترض السبيل، ووضع برامج العمل الزمنية التي يلزم متابعتها لتحقيق الأهداف المنشودة، ويقولون: "إذا فشلت في التخطيط، فإنك تكون تُخطِّط للفشل".

+ ما هى الخطة؟

- هي تصميم لكيفية توجيه المجهود والموارد والطاقات وكل الإمكانيات المُتاحة "نحو تحقيق الأهداف المرجوة" في وقت وزمن محدد.
- هى التزام بأفعال وأنشطة محددة نحو تحقيق الأهداف المنشودة.

التطبيق:

+ كيف تحقق نجاحاً متوازناً في حياتك؟

أ- حدِّد أدوارك في الحياة (لكل إنسان منّا أدوار متعددة في الحياة).

ب- ضع أهداف لكل جوانب حياتك.

+ إن حياة كل منّا قائمة على ستة محاور رئيسية تشمل كل أدوارك في الحياة وهى:

(حياتك الأُسرية، حياتك الروحية، علاقاتك الاجتماعية، عملك ودخلك، صحتك الجسدية، الذهن والثقافة).

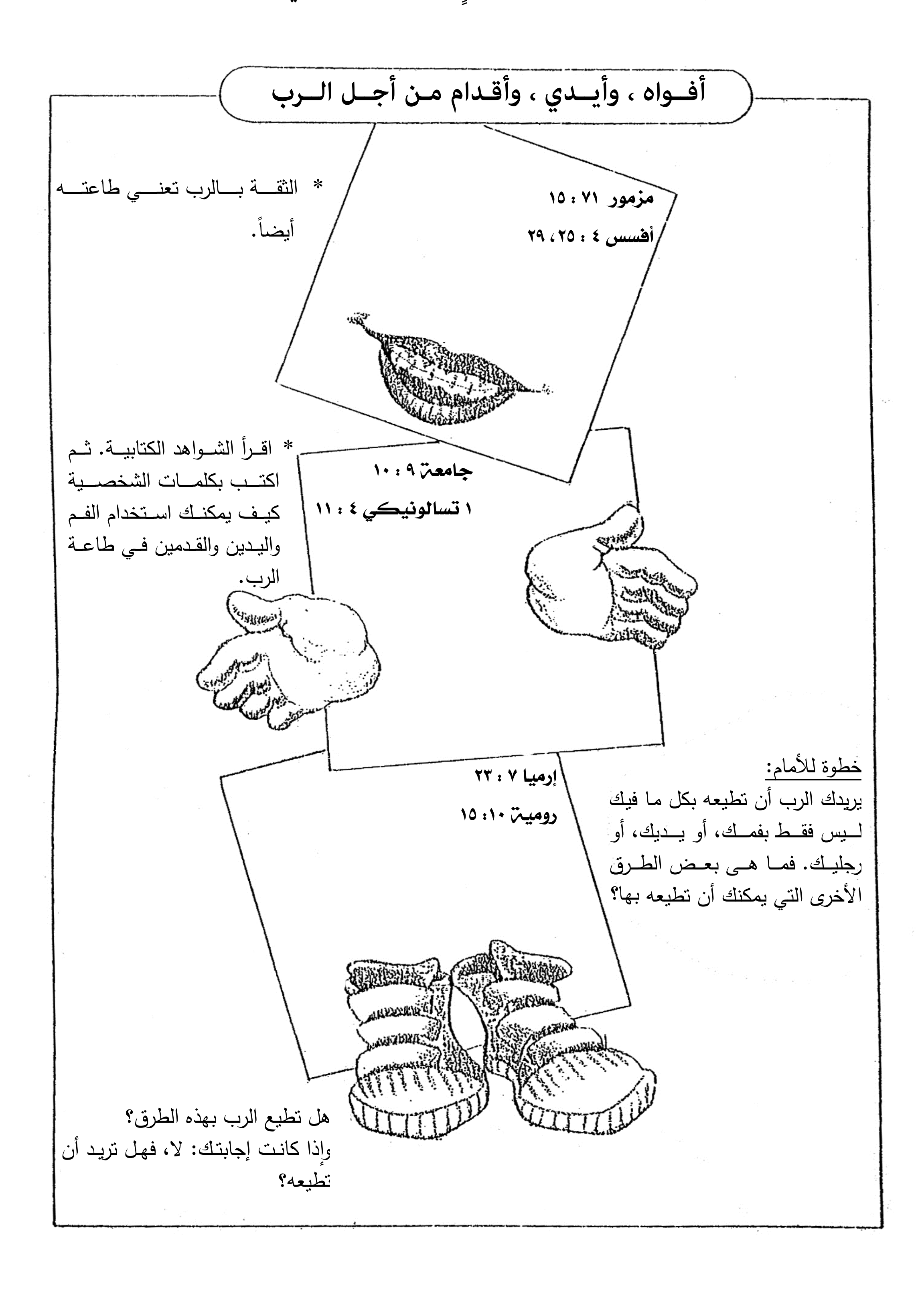
وأنت تُخطِّط لحياتك يجب أن يكون لديك أهداف واضحة لكل مجال من هذه المجالات الستة وإلاّ ستنهار حياتك.

+ أي أن وضع أهداف محددة لكل محور من المحاور الستة:

- يجعل حياتك في توازن.
- يُقلِّل الصراع الداخلي (بسبب عدم ترتيب الأولويات).
- يحفظ حياتك من الفوضى والتخبط ويقودك لمزيد من الإنجاز.

التدريب:

- حدد مبادئك واكتبها أمامك، لأنّ مَن يبني حياته على مبادئ كلمة اللَّه ستكون حياته أكثر أماناً وأكثر استقراراً ونجاحاً.
- نتمثّل بالرب يسوع الذي كان قبل أن يبدأ يومه الحافل بالخدمة والمشغوليات الكثيرة نقرأ عنه: **"وفي الصُّبح باكراً جداً قام وخرج ومضى إلى موضعٍ خلاءٍ، وكان يُصلِّي هناك"** (مر ١: ٣٥).



لـوط، أبشـالوم، عيسو ـ المسيح سند الحيـاة

المراجع:

- "الوسائط الروحية" - للبابا شنوده الثالث.
- "بستان الروح، ج٢، ج٣" - للأنبا يؤانس أسقف الغربية.
- "اسلكوا بالروح" - للأنبا موسى.

آيـة الـدرس:

"ها أنا معكم كل الأيام إلى انقضـاء الدَّهر" (مت ٢٨: ٢٠).

أهـداف الـدرس: في نهاية الدرس ينبغي أن يكون المخدوم قادراً على أن:

- يدرك أن السيد المسيح أحبنا محبة أبدية وهو معنا في كل ظروف حياتنا.
- يشكر السيد المسيح الذي فدانا على الصليب.
- يفهم أن الخطية تؤدى إلى الفشل، وأن السيد المسيح هو الوحيد القادر أن ينجينا منها.
- يعرف أن الخطية تخدع في إشباعها، وأن الشيطان يحاول أن يُبقي الإنسان في ظلمة الخطية دائماً.
- يستنتج أن علاج الخطية الوحيد هو السيد المسيح.
- يقرِّر المواظبة على مقاومة الخطية بالصلاة والصوم وحياة الجهاد.
- يقرِّر قراءة الكتاب المقدس يومياً "أصحاح يومياً قبل المذاكرة".
- يقرِّر المواظبة على حضور القداس الإلهي والتناول من الأسرار المقدسة أسبوعياً.

خطوات سير الـدرس:

التهيئـة:

يذكر الخادم هذه القصة:

ظلّت إحدى المُدن الرومانية مُحاصرة من أعدائها سنوات عديدة دون أن تُهزم، ولمَّا لم يستطِع الأعداء دخولها دبّروا خطة ماكرة لكي يستولوا على تلك المدينة.

فقد انسحبت جميع جيوشـهم المُحاصـرة للمدينـة ولكن بعد أن تركوا جواداً ضـخماً من الخشب جميل المنظر كان قد اختبأ بداخله عدد من جنود الأعداء الفدائيين.

عندئذ وقع أهل المدينة في الفخ فقد ثقبوا فتحة في سور المدينة لإدخال هذا الجواد. وبمجرد أن هدموا دفاعهم وقعت المدينة في الحال في أيدي الأعداء.

- إنّ لنا عدواً قوياً هو الشيطان الذي يجول كأسد زائر مُلتمساً مَن يبتلعه، ومع أننا لا نراه لكنه يظهر في الأفكار الشريرة التي تهاجمنا، وإذا أخذنا بخدعة وسمعنا له أصبحنا مُشابهين لتلك المدينة بالتمام.
- إنّ الشيطان يحاول جاهداً أن يُبقي الإنسان في الظلمة حتى لا يرى النور، **"إله هذا الدَّهر قد أعمى أذهان غير المؤمنين، لئلاَّ تُضيء لهم إنارة إنجيل مجد المسيح، الذي هو صورة اللَّه"** (٢ كو ٤ : ٤).

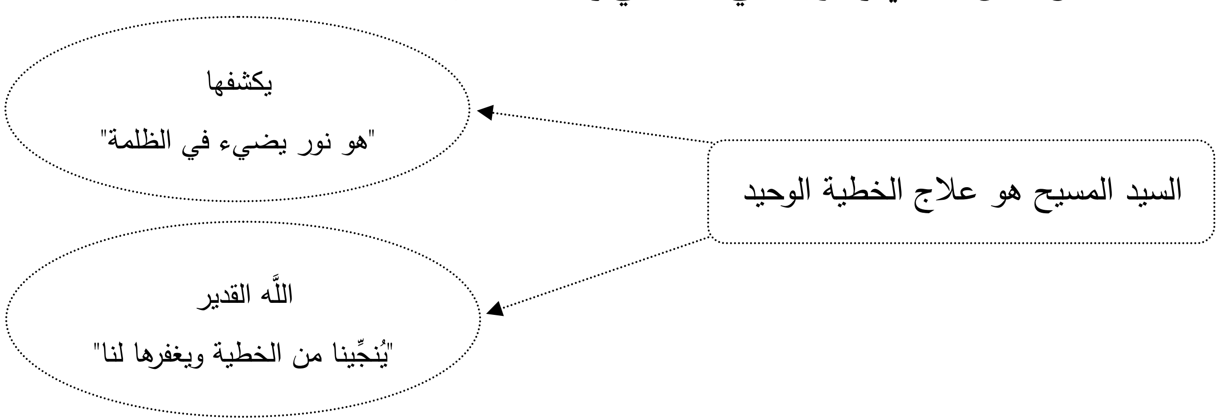
عرض الدرس:

الخطية: هى كذبة كبيرة لأنها تجعل مُرتكبها يظن أنه يجد السعادة، ولكنها في النهاية تُحطِّم الإنسان نفسه والآخرين في هذا العالم وفي العالم الآتي:

- فالخطية تؤدى إلى الفشل والخراب: فعندما اختار لوط أن يسكن في المدينة الشريرة سدوم، فَقَدَ البيت والممتلكات والزوجة.
- والخطية تخدع في إشباعها: فحين باع عيسو البكورية وفَقَدَ البركة خسر كل شيء وفي النهاية انتهى إلى الضياع وفُقدان الأبدية.
- والخطية أيضاً قوة قاتلة: فهى تقتل المُثل العليا فلقد جعلت أبشالوم يثور ضد أبيه ليملُك بدلاً منه.

السيد المسيح هو علاج الخطية الوحيد الناجح:

- فهو يكشفها، فهو نور يضيء في الظلمة:
- في قصة المرأة الخاطئة فبعدما ابتعد الكتبة والفريسيون والشيوخ وبقى السيد المسيح وحده مع المرأة قال لها: **"اذهبي ولا تُخطئي أيضاً"** (يو ٨ : ١١).
- ثم أعلن السيد المسيح إعلاناً رائعاً قائلاً: **"أنا هو نور العالم. مَنْ يتبعني فلا يمشي في الظلمة بل يكون له نور الحياة"** (يو ٨ : ١٢).
- والسيد المسيح هو اللَّه القدير: القادر أن ينجينا من الخطية ويغفرها لنا، فبالتوبة والاعتراف والتقدم للتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين تُغفَر خطايانا، ونَثبُت في المسيح وننال الحياة الأبدية **"من يأكل جسدي ويشرب دمي يثبت فيَّ وأنا فيه"** (يو ٦ : ٥٦).

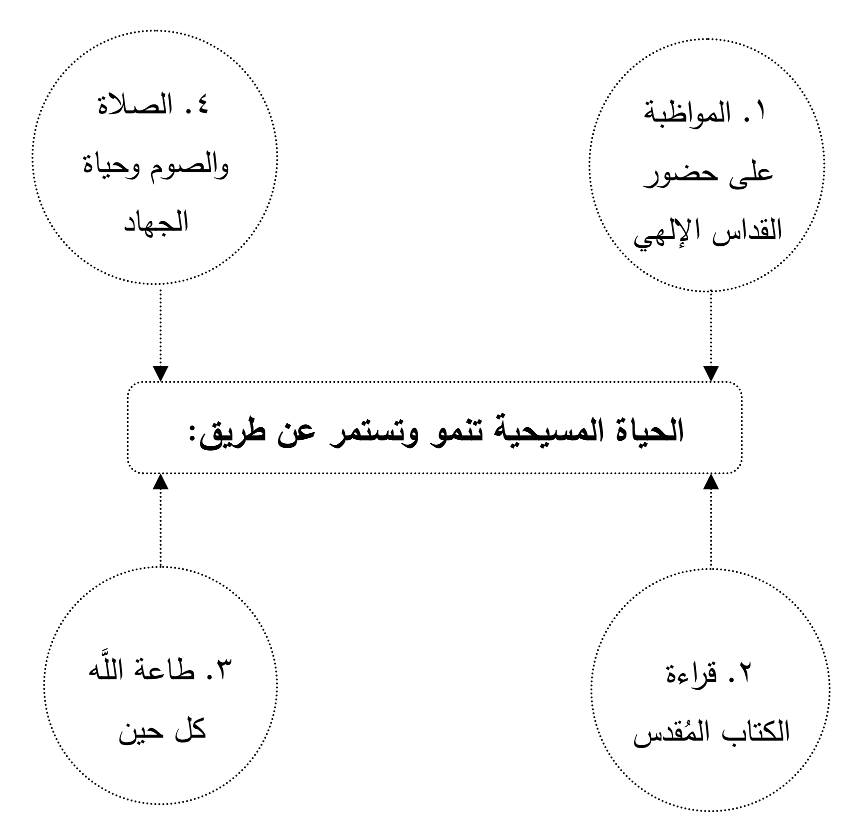


التطبيق:

- إنّ السيد المسيح سند الحياة ومُعين الحياة، هو حياتنا الذي يعمل على راحتنا في كل ظروف الحياة ولا يتركنا بل يسندنا.
- عينه علينا ويمينه مُمسكة بنا.

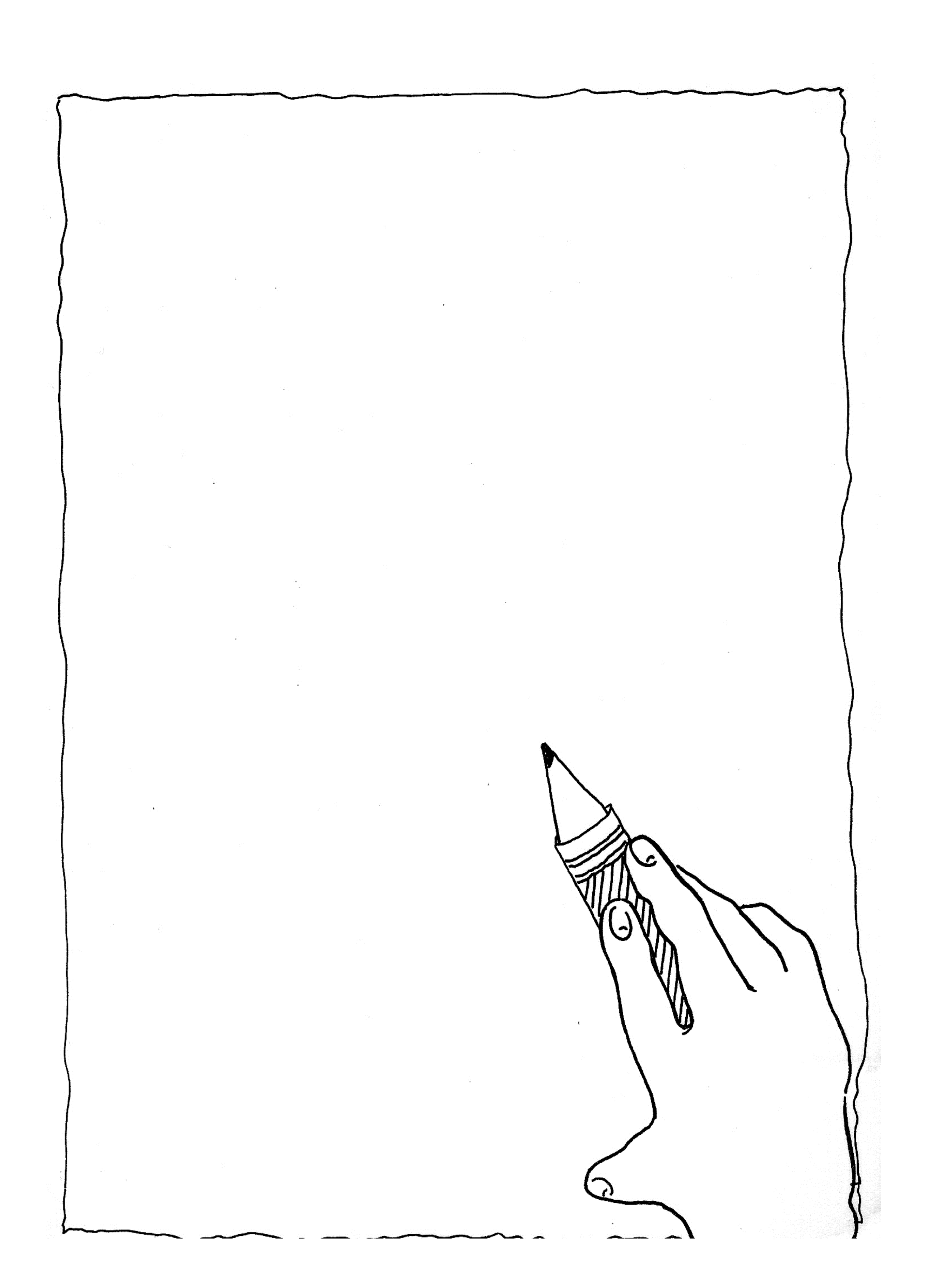
التدريب:

الحياة المسيحية هى نمو مُستمرّ وإرادة اللّه لنا أن ننمو إلى مستوى الكمال والنضوج في المسيح وذلك إذا اتبعنا القواعد الآتية:



١. المواظبة على حضور القداس الإلهي والتقدم لسر التوبة والاعتراف والتناول من جسد الرب ودمه الأقدسين أسبوعياً.
٢. قراءة الكتاب المقدس يومياً بانتظام.
٣. طاعة اللّه كل حين.
٤. تعلّم كيفية مقاومة التجربة (بالصلاة والصوم والجهاد الحسن).

إننا إذا ثابرنا على تلك القواعد نضمن النجاح في حياتنا الشخصية، ونحصل على سلام النفس وسعادة القلب وسلام الفكر.



س: ما هى الخطية؟

ارسم الإجابة عن هذا السؤال.

المحتويات